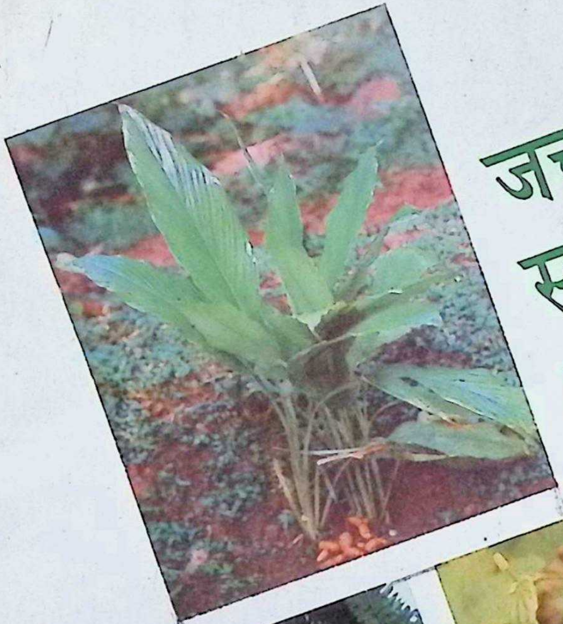
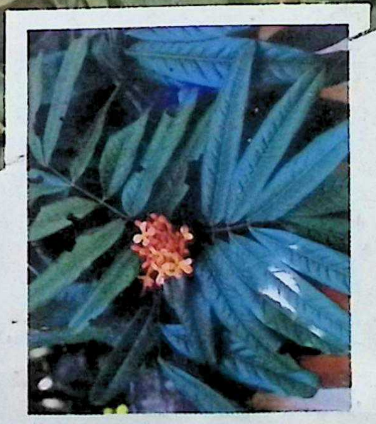
Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जच्चा–बच्चा के स्वास्थ्य में उपयोगी औषधीय पौधे





R
615.1
VER-J:7

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

oundati

urukul I

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

R
615.1
VER-J:7

Q012

गुरुकुल काँगड़ी विश्वविद्यालय
कृपया पुस्तक के ऊपर कोई निशान आदि
न लगायें ।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

पुस्तकालय
गुरुकुल कांगड़ी विश्वविद्यालय, हरिद्वार

वर्ग संख्या R 615.1 VER-J:7 आगत संख्या 8012

पुस्तक-वितरण की तिथि नीचे अंकित है। इस तिथि सहित ३० वे दिन तक यह पुस्तक पुस्तकालय में वापिस आ जानी चाहिए। अन्यथा ५० पैसे प्रति दिन के हिसाब से विलम्ब-दण्ड लगेगा।

8012

जच्चा-बच्चा के स्वास्थ्य के लिए उपयोगी औषधीय पौधे (जड़ी-बूटी) (घरेलु नुस्खे)

8012

Stock Verification-2024

संपादक
वैद्य एस.एन. वेणुगोपाल
लोक स्वास्थ्य परम्परा संवर्धन समिति

Stock Verification-2024

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

K
581.634
VEN-J.7

प्राक्कथन

भारत में लगभग सभी मानवजाति समूहों में पौधों का उपयोग आहार और औषधि के रूप में बहुत अच्छी तरह से हो रहा है। वानस्पतिक विविध पुष्पों और इनकी समृद्ध परम्परा के कारण ही भारत विश्व भर में वानस्पतिक उद्यान के रूप में प्रसिद्ध है। भारत में बढ़िया किस्म के पौधों की 25,000 किस्में हैं जिनमें से लगभग 6,000 किस्म के पौधों का उपयोग देश की मानवजाति के समूहों में हो रहा है। प्राचीन काल से आयुर्वेद अपने 450 मूल शोधों (औषधियों) में लगभग 15,000 किस्म के पौधों का उपयोग करता आ रहा है। देश के विभिन्न भागों में पौधों की विभिन्न व्याख्याओं के कारण ही विभिन्नता पायी जाती है।

जच्चा और बच्चा के स्वास्थ्य की देखभाल करना आयुर्वेद का मुख्य क्षेत्र है। इसलिए बच्चों के स्वास्थ्य की देखभाल करना प्राचीनकाल में वर्णित आयुर्वेद की प्रमुख शाखाओं में से एक है। यह पुस्तिका लोक स्वास्थ्य परम्परा संवर्धन समिति की प्रकाशन श्रृंखलाओं में से एक है और यह प्राथमिक रूप से गृहणियों तथा स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं के लिए उपयोगी है।

इस छोटी-सी पुस्तिका में जच्चा-बच्चा के स्वास्थ्य के लिए उपयोग 34 औषधीय पौधों (जड़ी-बूटियों) का सजीव चित्रण प्रस्तुत किया गया है। इसमें दी गयी जानकारी परीक्षित है। पौधों की पहचान करने की भ्रांति से बचने के लिए इस पुस्तिका में पौधों के रंगीन चित्रों के साथ-साथ उनके क्षेत्रीय, संस्कृत और वानस्पतिक नाम दिये गये हैं।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

विषय सूची

		पृष्ठांक
1.	सचित्र औषधीय पौधों का उपयोग	4
2.	जच्चा-बच्चा के स्वास्थ्य के लिए उपयोगी औषधीय पौधे (जड़ी-बूटियां)	39
3.	जच्चा-बच्चा के स्वास्थ्य संबंधी प्रमुख रोगों और उनके उपचारार्थ प्रयुक्त पौधों के नाम	41
4.	गर्भावस्था में उपयोगी पौधों की अनुक्रमणिका	45
5.	स्तनपान कराने वाली माता के लिए उपयोगी पौधों की अनुक्रमणिका	47
6.	बच्चों के लिए उपयोगी पौधों की अनुक्रमणिका	49
7.	औषधि निर्माण विधि और मात्राएं	50
8.	प्रयुक्त औषधीय पौधों के क्षेत्रीय नाम	54

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

सचित्र औषधीय पौधों का उपयोग

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

प्युनिका ग्रानेटम लिन

क्रमांक: 1

वानस्पतिक नाम	:	प्युनिका ग्रानेटम लिन
संस्कृत नाम	:	दाड़िम
हिंदी नाम	:	अनार
उपयोगी भाग	:	फल

प्राप्य स्थान:

समूचे भारत में पाया जाता है।
दक्षिण भारत और पश्चिम बंगाल में इसकी पैदावार बड़े पैमाने पर की जाती है।

उपयोग:

1. गर्भावस्था के समय रक्ताल्पता में कच्चे अनार का रस देना उपयोगी होता है।
2. भूख की कमी और अरुचिकर होने पर इसको शक्कर, नमक तथा भुने हुए चावल के दानों के साथ देना फायदेमंद होता है।
3. गर्भावस्था के समय गले की खुश्की में इसको खाने से लाभ होता है।
4. गर्भावस्था के समय मतली आने पर कच्चे अनार के रस में चावल पका कर के नियमित आहार के रूप में देना उपयोगी होता है।
5. गर्भावस्था के समय अतिसार हो जाने पर कच्चे अनार के छोटे-छोटे टुकड़े करके और उन्हें पानी के साथ पीस कर पिला देने से लाभ होता है।
6. वमन की शिकायत होने पर अनार के रस को नींबू के रस के साथ पीने से फायदा होता है।
7. श्लैष्मिक अतिसार या अतिसार की किसी भी अवस्था में अनार के छिल्के का पाउडर — एक या दो चम्मच-शहद के साथ मिलाकर दिया जा सकता है। इसके छिल्के को दूध में उबाल कर और उसमें पिसी हल्दी मिलाकर आहार के रूप में देना उपयोगी है और उसे बार-बार पीने के लिए भी दे सकते हैं।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया

क्रमांक: 2

वानस्पतिक नाम	:	टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया
संस्कृत नाम	:	गुडूची
हिंदी नाम	:	गिलोय, गुलांचा
उपयोगी भाग	:	डंठल

प्राप्य स्थान:

यह भारत के उष्णकटिबंधीय क्षेत्रों और अंडमान में पाया जाता है।

उपयोग:

1. गर्भावस्था के समय का ज्वर गिलोय के डंठल का क्वाथ (काढ़ा) खाली पेट दिन में दो बार पिलाने से उतर जाता है।

2. अर्जीण, शोफ (ईडीमा) और संधिशोथ में गिलोय के डंठल का क्वाथ अदरक के रस के साथ देना उपयोगी होता है।

3. बच्चों के कामला (पीलिया) रोग में गिलोय डंठल का क्वाथ अंगूर और गन्ने के रस के साथ पिलाने से लाभ होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वेटिवेरिया जिजानियोइडेज लिन

क्रमांक: 3

वानस्पतिक नाम	:	वेटिवेरिया जिजानियोइडेज लिन
संस्कृत नाम	:	उशीरम्
हिंदी नाम	:	खस
उपयोगी भाग	:	जड़ें

प्राप्य स्थानः

भारत के उत्तरी भागों में नदियों के किनारों पर तथा पश्चिम बंगाल, मैसूर और नागपुर में काफी मात्रा में पाया जाता है।

उपयोग:

1. गर्भावस्था के समय मूत्रनली में शोथ और मूत्र के साथ रक्त जाना (निकलना), मूत्रत्याग के समय तीव्र दर्द और जलन हो तो दो से तीन घंटे तक पानी में भिगी हुई खस के पानी को छानकर उसे गर्भवती महिला को पिलाने से काफी लाभ होता है।
2. भिगी हुई खस का पानी पीने से पाचन संबंधी समस्याओं में भी लाभ होता है, ग्रीष्म मौसम में ज्वर में फायदा होता है और प्यास बुझ जाती है।
3. प्रतिजीवविष के रूप में भी खस का उपयोग किया जाता है। यह शरीर में व्याप्त विष को खत्म कर देता है।
4. खस की जड़ों की मलहम (पेस्ट) बनाकर उससे गर्मियों में स्नान करना लाभकारी होता है।
5. खस की जड़ों का उपयोग पीने के पानी को शीतल रखने और सुगंधित बनाने के लिए किया जाता है।
6. खस के क्वाथ/मलहम का आंतरिक या बाह्य उपयोग करने से शरीर की अतिरिक्त गर्मी, दुर्गन्धित बदबू और पसीने की गंध कम हो जाती है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

नीलम्बियम स्पेसोओजम वाइल्ड

क्रमांक: 4

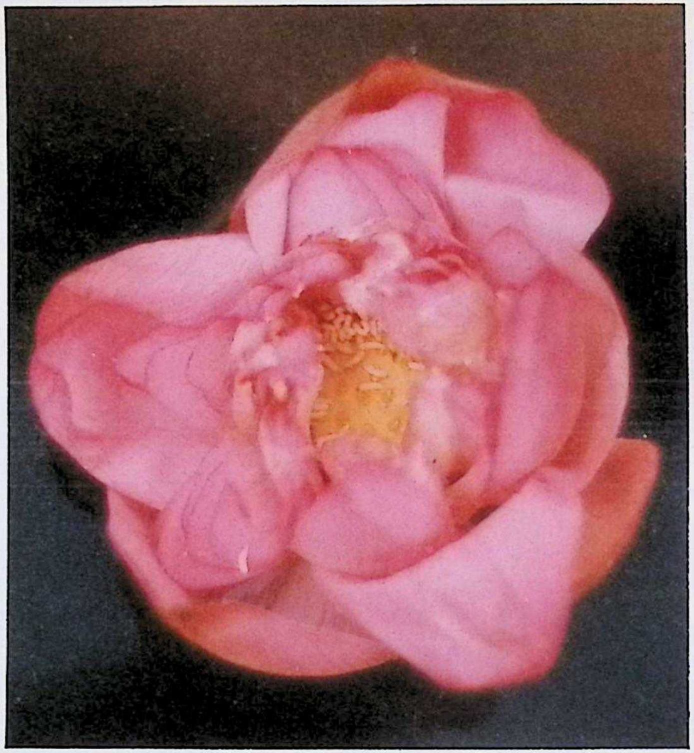
वानस्पतिक नाम	:	नीलम्बियम स्पेसोओजम वाइल्ड
संस्कृत नाम	:	कमल
हिंदी नाम	:	कमल
उपयोगी भाग	:	फूल, प्रकंद

उपयोग:

1. गर्भावस्था के समय शारीरिक जलन हो जाने पर कमल के फूलों को पानी में उबाल कर उसका काढ़ा पिलाने से बहुत लाभ होता है।

2. गर्भावस्था के समय नाभि-नाड़ी के असामान्य, जैसे नाड़ी का बहुत ज्यादा बढ़ जाना या बहुत छोटी हो जाना, हो जाने पर कमल के फूलों को पानी में उबाल कर और ठंडा करके पिलाने से नाभि-नाड़ी ठीक हो जाती है।

3. गर्भावस्था के समय बार-बार गर्भपात हो जाता है तो उसको रोकने के लिए कमल के प्रकंद को पीस कर और उसे दूध में उबाल कर पीने के लिए देने की सिफारिश की जाती है।



CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड

क्रमांक: 5

वानस्पतिक नाम	:	अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड
संस्कृत नाम	:	शतावरी
हिंदी नाम	:	शतावर
उपयोगी भाग	:	प्रकंद

प्राप्य स्थान:

भारत में कश्मीर में पूर्व की ओर हिमालय में 4,000 फुट की ऊंचाई पर उष्णकटिबंधीय, उप-उष्णकटिबंधीय क्षेत्रों में पाया जाता है।

उपयोग:

1. स्त्रियों के प्राथमिक बांझपन को दूर करने में या जिन स्त्रियों को बार-बार गर्भपात होता है उन्हें शतावर की जड़ों को दूध में उबाल कर पिलाने से लाभ होता है।
2. यह भी देखने में आया है कि जो स्त्रियां गर्भावस्था के समय शतावर का सेवन करती हैं वे स्वस्थ शिशु को जन्म देती हैं।
3. यदि स्त्री रक्ताल्पता, पाण्डु रोग और दुबली है तो उसे दूध या पानी के साथ शतावर चूर्ण देने से फायदा होता है। यह शरीर का वजन बढ़ाने और भ्रूण के विकास में भी लाभदायक होता है।
4. शतावर चूर्ण गर्भावस्था के समय दूध के साथ सेवन करने से श्वेतप्रदर या रक्त को निकलने से रोकता है।
5. शतावर को शक्कर के साथ पानी में उबाल कर पीने से कब्ज ठीक हो जाती है और मल के साथ रक्त नहीं निकलता है।
6. गर्भावस्था के समय शोफ और मूत्र अवरोध हो जाये तो शतावर के ताजा स्वरस को शक्कर मिलाकर पीना बहुत उपयोगी होता है।
7. गर्भावस्था के समय जलन अनुभूति और लगातार दर्दनाक मूत्रत्याग में शतावर का क्वाथ देने से बहुत फायदा होता है।
8. बच्चों के अपस्मार (मिरगी) रोग में दूध के साथ शतावर की जड़ों का रस पिलाने से लाभ होता है।
9. दूध में शतावर की जड़ों का क्वाथ जच्चा को पिलाने से स्तनों में दूध बढ़ जाता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

फाइलेंथस एम्बलिक लिन

क्रमांक: 6

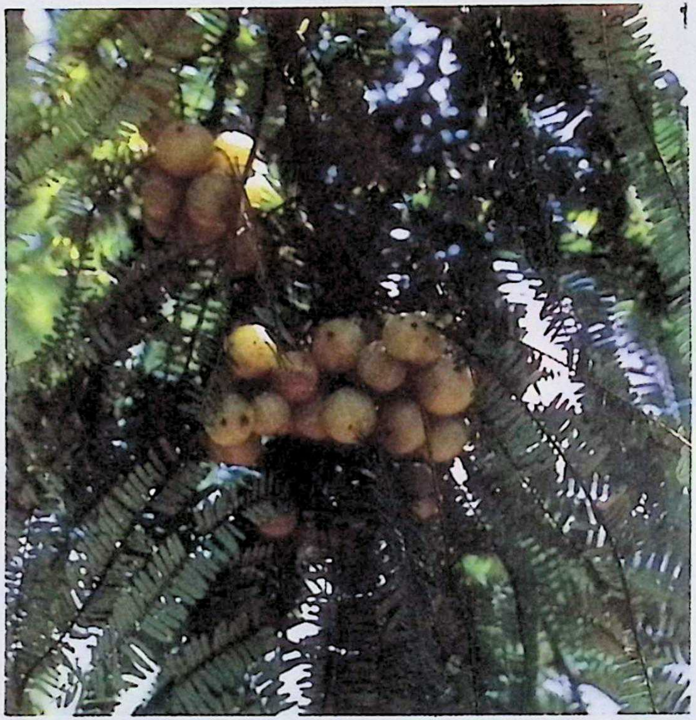
वानस्पतिक नाम	:	फाइलेंथस एम्बलिक लिन
संस्कृत नाम	:	आमलकी
हिंदी नाम	:	आमला (आंवला)
उपयोगी भाग	:	फल

प्राप्य स्थान:

समूचे भारत में आर्द्रता पूर्ण कच्छ क्षेत्रों में पाया जाता है।

उपयोग:

1. गर्भावस्था के समय अपस्मार में आंवले का रस पीने से लाभ होता है।
2. थोड़ी सी स्वर्ण भस्म, घी और शहद के साथ आंवला फल के चूर्ण को जन्म के तुरंत बाद नवजात शिशु को चटाने से उनमें रोग प्रतिरोध शक्ति बढ़ जाती है।
3. सम-भाग हल्दी और गिलोय के साथ आंवले का चूर्ण मिलाकर सेवन करना मधुमेह में उपयोगी होता है।
4. शिशु के मुख पाक में आंवले वृक्ष की 5 ग्राम छाल को पीस कर मां के दूध में लेई (पेस्ट) बनाकर मुख के अंदर लगाने से बहुत लाभ होता है।
5. प्रसव के बाद आवंला फल को पानी में उबालकर स्नान करने से लाभ होता है।
6. गर्भावस्था के समय और प्रसव के बाद मूत्रण तथा मूत्रकृच्छ में उपयोगी होता है।



CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

पाइपर लोंगम लिन

क्रमांक: 7

वानस्पतिक नाम	:	पाइपर लोंगम लिन
संस्कृत नाम	:	पिप्पली
हिंदी नाम	:	पिपला-मूल
उपयोगी भाग	:	फल

प्राप्य स्थान:

समूचे भारत में पाया जाता है।

उपयोग:

1. प्रसव में तुरंत बाद देना बहुत ही लाभदायक होता है ताकि स्त्री के भीतरी अवयव अपने स्थान पर आ जायें। प्रसूता को पिपला-मूल फल का चूर्ण शहद के साथ चाटने के लिए देना अच्छा होता है। इससे गर्भाशय की सफाई भी हो जाती है।

2. बहुत ज्यादा पानी में चावल उबाल कर और उसमें काली मिर्च और पिपला-मूल का थोड़ा-सा चूर्ण मिलाकर जच्चा को खिलाना ठीक होता है। इससे यकृत और प्लीहा ठीक रहते हैं और रक्त की वृद्धि होती है तथा भूख बढ़ती है।

3. बच्चों को खांसी, श्वास रोग और अपच में सूखी पिपला-मूल का चूर्ण शहद के साथ देने से लाभ होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

बकोपा मोन्निरा लिन

क्रमांक: 8

वानस्पतिक नाम	:	बकोपा मोन्निरा लिन
संस्कृत नाम	:	ब्राह्मी
हिंदी नाम	:	ब्राह्मी
उपयोगी भाग	:	पूरा पौधा

प्राप्य स्थान:

दलदली स्थानों और जोहड़ों में पाया जाता है।

सावधानी:

अधिक मात्रा में पौधे का रस पीने से दस्त लग सकते हैं।

उपयोग:

1. यदि प्रसव के बाद बेहाशी आ जाये तो ब्राह्मी रस में आंवले रस को मिलाकर पिलाना उपयोगी होता है।
2. घी में ब्राह्मी रस तैयार करके छोटी-छोटी मात्रा में शिशु को सेवन कराने से उसकी स्मृति क्षमता बढ़ती है, बुद्धि का विकास होता है और मानसिक स्वास्थ्य ठीक रहता है।
3. बच्चों के अपस्मार और वातोन्माद में दूध के साथ ब्राह्मी रस मिलाकर देने से लाभ होता है।
4. 5-10 एम.एल की मात्रा में ब्राह्मी रस बच्चों की कब्ज को दूर करता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ऐलो वेरा, टुअर्न

क्रमांक: 9

वानस्पतिक नाम : ऐलो वेरा, टुअर्न
संस्कृत नाम : कुमारी
हिंदी नाम : घीकुंवार
उपयोगी भाग : चमकीले पत्ते

प्राप्य स्थान:

समूचे भारत में नमी वाले क्षारीय क्षेत्रों में पाया जाता है।

सावधानी:

इस औषधि का उपयोग गर्भावस्था के समय नहीं करना चाहिए।

उपयोग:

1. घीकुंवार के पत्तों के मध्य का गुद्देदार भाग का रस छोटी-छोटी मात्राओं में प्रसूता स्त्री को देना उपयोगी होता है। यह रक्त संचालन को बढ़ाने और गर्भाशय की सफाई में सहायक होता है।
2. बच्चों के आंत्रशूल, न्युमोनिया और पेट में कृमि होने जाने पर घीकुंवार के ताजा रस को हिंग के साथ 1-ग्रेन की मात्राओं में देने से लाभ होता है। इसे मां के दूध के साथ भी दिया जा सकता है।
3. घीकुंवार का रस 20-30 एम. एल की मात्रा में देने से श्वेतप्रदर और अनार्तव रोग ठीक हो जाता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

बोएराविया डिफूजा लिन

क्रमांक: 10

वानस्पतिक नाम	:	बोएराविया डिफूजा लिन
संस्कृत नाम	:	पुनर्नवा
हिंदी नाम	:	सांठ
उपयोगी भाग	:	पूरा पौधा

उपयोग:

1. प्रसवोतर के समय रक्ताल्पता को रोकने और उसे ठीक करने में पुनर्नवा के पत्ते सहायक आहार के रूप में देना बहुत अच्छा होता है।

2. प्रसव के कारण रक्त की कमी होने पर प्रसूता को पुनर्नवा की जड़ों का क्वाथ (काढ़ा) देना हितकर होता है।

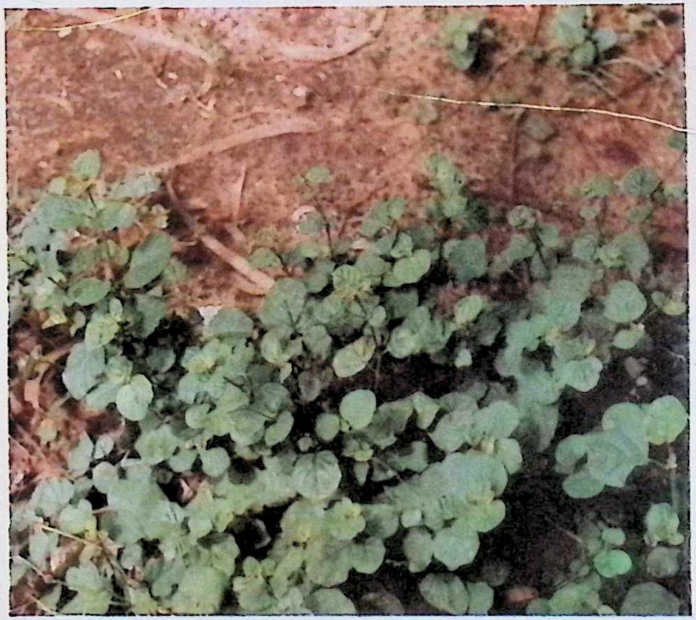
3. पुनर्नवा की जड़ का क्वाथ प्रसव के तनाव को कम करने और प्रसूता के अवयवों को ताकत देने के लिए देना उपयोगी होता है।

4. जटिल मूत्रण या मूत्रनाश में पुनर्नवा की जड़ का क्वाथ देने की सिफारिश की जाती है।

5. यदि प्रसव के बाद शोफ की स्थिति हो जाये तो पुनर्नवा की जड़ का क्वाथ अदरक के रस के साथ देना फायदेमंद होता है।

6. बच्चों को बलगम बनने लगे तो पुनर्नवा और वचा की लेई (पेस्ट) बनाकर घी के साथ देना उपयोगी होता है।

7. बच्चों का कामला (पीलिया) पुनर्नवा की जड़ की लेई बनाकर नारियल के पानी के साथ देने से ठीक हो जाता है।



CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

इपोमोइया डिजिटेट लिन

क्रमांक: 11

वानस्पतिक नाम	:	इपोमोइया डिजिटेट लिन
संस्कृत नाम	:	विदारी
हिंदी नाम	:	बिलाई-कंद
उपयोगी भाग	:	प्रकंद

प्राप्य स्थान:

भारत में समूचे उष्णकटिबंधीय भागों, विशेषकर नमी वाले क्षेत्रों में पाया जाता है। पश्चिम बंगाल और असम में काफी मात्रा में मिलता है।

उपयोग:

1. जच्चा और बच्चा के स्वास्थ्य में सुधार लाने और वजन बढ़ाने के लिए सामान्य टानिक के रूप में चमकीली जड़ के चूर्ण को दूध के साथ देना उपयोगी होता है।

2. दूध के साथ बिलाई-कंद का चूर्ण सेवन करने से जच्चा के स्तनों में दूध बढ़ जाता है।

3. स्त्री के बांझपन और अपरिपक्व गर्भपात में बिलाई-कंद की जड़ का क्वाथ (काढ़ा) दूध और शक्कर के साथ सेवन करने से लाभ होता है।

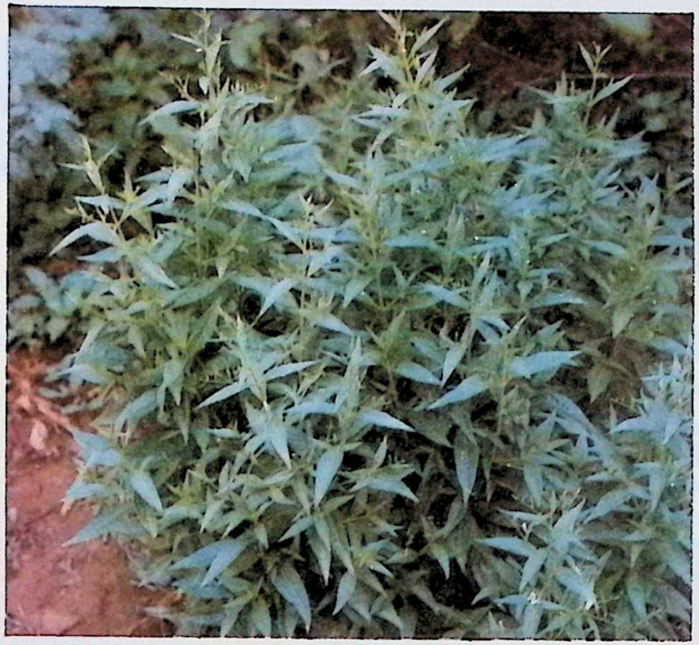
CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ऐंड्रोग्राफिस पैनिक्युल्टा नीस

क्रमांक: 12

वानस्पतिक नाम	:	ऐंड्रोग्राफिस पैनिक्युल्टा नीस
संस्कृत नाम	:	किरात-तिक्त
हिंदी नाम	:	चिरायता
उपयोगी भाग	:	पूरा पौधा



उपयोग:

1. बच्चों को ज्वर में इस पौधे के क्वाथ का सेवन कराने से ज्वर का नाश होता है।

2. बच्चों का यकृत विकृत हो जाये तो 5-10 एम एल की मात्रा में दिन में दो बार चिरायता के पौधे के रस का सेवन कराने से लाभ होता है।

3. चिरायता, द्राक्षा और हरीतकी का क्वाथ बच्चों के कामला रोग में उपयोगी होता है।

4. जलन अनुभूति में पूरे पौधे का क्वाथ लाभदायक होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

डेजमाडियम गंगेटिकम डी सी

क्रमांक: 13

वानस्पतिक नाम	:	डेजमाडियम गंगेटिकम डी सी
संस्कृत नाम	:	पृष्निपर्णी
हिंदी नाम	:	पिठवन
उपयोगी भाग	:	जड़ें

उपयोग:

1. यदि पर्याप्त मात्रा में नवजात शिशु को मां का दूध नहीं मिल पाता है तो उसे बकरी के दूध में पिठवन को उबालकर, ठंडा करके पिलाना लाभदायक होता है।

2. बच्चे को पिठवन की जड़ का क्वाथ पिलाने से उसका हृदय सुदृढ़ होता है।

3. गर्भावस्था के सातवें माह में पिठवन की जड़ का क्वाथ और उसके चूर्ण की लेई को घी में बनाकर गर्भवती स्त्री को सेवन कराने से भ्रूण को ताकत मिलती है।

4. बच्चों में सूजन होने पर पिठवन की जड़, पुनर्नवा की जड़, आंवला, मोथा और अजमोदा का क्वाथ बनाकर उसे शक्कर के साथ सेवन कराने से लाभ होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

साइपेरस रोटंडस लिन

क्रमांक: 14

वानस्पतिक नाम	:	साइपेरस रोटंडस लिन
संस्कृत नाम	:	मुस्त
हिंदी नाम	:	मोथा
उपयोगी भाग	:	प्रकंद

प्राप्य स्थान:

गंगा के उपरी मैदानी क्षेत्रों, पश्चिम बंगाल के पूर्व में, मध्य प्रदेश और दक्षिण भारत में पाया जाता है।

उपयोग:

1. प्रसूता स्त्री के स्तानों पर मोथा की लेई (पेस्ट) लगाने से स्तनों में अधिक दूध आने लगता है।

2. यदि जच्चा के स्तन सूज जाते हैं या उनमें खराब, मलिन दूध आने लगता है या उनमें मवाद बननी शुरू हो जाती है तो उसे मोथा का क्वाथ सेवन कराने से आराम आ जाता है।

3. यदि शिशु को अतिसार या वमन होने लगे तो उसे मोथा जड़ के चूर्ण को शहद या मां के दूध के साथ सेवन कराने से लाभ होता है।

4. मोथा, गिलोय और सूंठी के क्वाथ का सेवन करना ज्वर और अपच में उपयोगी है।

5. बच्चों में भूख की कमी, अपच, मल त्याग की स्थिति में 20 से 25 कंदों, लगभग 20 ग्राम, को एक गिलास भरे दूध और सम भाग जल में आधी मात्रा रह जाने तक उबालें और उसे लगातार सेवन कराने से बहुत फायदा होता है। यह ज्वर और अतिसार की प्रारम्भिक अवस्था में उपयोगी होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

एलेटेरिया कार्डामोमम मेटान

क्रमांक: 15

वानस्पतिक नाम	:	एलेटेरिया कार्डामोमम मेटान
संस्कृत नाम	:	एला
हिंदी नाम	:	छोटी-इलायची
उपयोगी भाग	:	बीज

उपयोग:

1. इस पौधे के सूखे बीजों का चूर्ण बनाकर गर्भिणी को वमन में सेवन कराना उपयोगी होता है।

2. गर्भावस्था के समय जुकाम और एलर्जी की अवस्था जैसी स्थिति में इलायची के बीजों का चूर्ण काली मिर्च के चूर्ण के साथ सेवन करने से लाभ होता है।

3. खारिश और अन्य चर्म रोगों में इस के बीजों का चूर्ण प्रभावित चर्म पर लगाने से आराम होता है।

4. जटिल मूत्रण में इलायची के बीजों का चूर्ण नारियल के पानी या आंवला रस के साथ सेवन करना लाभकारी होता है।

5. गर्भवती स्त्रियों और शिशुओं को लगातार डकार और हिचकी आने पर इसके चूर्ण के सेवन से आराम आता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

हेमीडेज्मस इंडिकस आर.बी.आर.

क्रमांक: 16

वानस्पतिक नाम	:	हेमीडेज्मस इंडिकस आर.बी.आर.
संस्कृत नाम	:	शारिवा
हिंदी नाम	:	अनंत-मूल
उपयोगी भाग	:	जड़ें

उपयोग:

1. गर्भावस्था के समय कुछ विषाक्त अवस्थाओं में अनंत-मूल की जड़ों का क्वाथ देना हितकर होता है।

2. वमनावस्था में इस पौधे की जड़ को चूसना या इसका चूर्ण छोटी-छोटी मात्राओं में देना लाभदायक होता है।

3. बच्चों के चर्म रोगों में अनंत-मूल का क्वाथ हल्दी चूर्ण के साथ सेवन कराना उपयोगी होता है।

4. एक रात भर तक इसके चूर्ण को नारियल के पानी में भिगोयें, उस जल को छान कर सेवन करने से मूत्र के साथ रक्त का निकलना बंद हो जाता है।

5. बच्चों के चर्म उद्भेदों, ददोड़ों या फोड़ों पर अनंत-मूल और तिलहन के बीजों को दूध में उबाल करके लगाने से अच्छा लाभ होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

R
615.1
VER-J: 7

विथानिया सोम्निफेरा डुनल

8012

क्रमांक: 17

वानस्पतिक नाम : विथानिया सोम्निफेरा डुनल

संस्कृत नाम : अश्वगंधा

हिंदी नाम : असगंध

उपयोगी भाग : जड़ें

प्राप्य स्थान:

भारत के समूचे गरम क्षेत्रों में पाया जाता है।

उपयोग:

1. सूखी जड़ के चूर्ण को दूध के साथ या उसमें उबालकर सामान्य टानिक के रूप में सेवन करना हितकर है। गर्भिणी या प्रसव के बाद यदि स्त्री का वजन कम है या वह निर्जीव सी प्रतीत होती है तो उसे इसका सेवन कराना लाभदायक होता है।
2. स्तनों में अधिक मात्रा में दूध उतरने के लिए असंगध की जड़ों का चूर्ण गाय के दूध के साथ देने की सिफारिश की जाती है।
3. शिशु के विकास और उसका वजन बढ़ाने के लिए दूध में इसकी जड़ों को उबालकर दूध पिलाना उपयोगी होता है।
4. सिर चकराने या हृदय स्पन्दन में असंगध की जड़ का चूर्ण शहद या दूध के साथ देना हितकर होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जिंजीबर आफिसिनेल रोस्क

क्रमांक: 18

वानस्पतिक नाम	:	जिंजीबर आफिसिनेल रोस्क
संस्कृत नाम	:	सूंठी
हिंदी नाम	:	सोंठ
उपयोगी भाग	:	प्रकंद

प्राप्य स्थान:

दक्षिण भारत में इसकी बहुतायत में पैदावार की जाती है, यह गरम-आर्द्र क्षेत्रों में बड़ी मात्रा में पाया जाता है।

उपयोग:

1. प्रसव के बाद प्रसूता को प्रायः सोंठ नमक या गुड़ के साथ आहार स्वरूप देना उपयोगी होता है। यह भूख बढ़ाती है और उदर की मांस पेशियों को ताकत और ऊर्जा प्रदान करती है।
2. अजीर्ण या अरुचिकर में भोजन खाने से पूर्व सोंठ का छोटा-सा टुकड़ा खाना उपयोगी होता है।
3. ज्वर के सामान्य उपचार में सोंठ के क्वाथ को गिलोय के साथ सेवन करना लाभदायक होता है।
4. अपच के कारण अतिसार में गुड़ के साथ सोंठ के सेवन से फायदा होता है। यह प्रसव के बाद पूरे शरीर की सूजन, छींक और साइनोसाइटिस को भी ठीक करती है।
5. अपच के कारण आमाशय शूल या वमन हो तो सोंठ का क्वाथ या चूर्ण का सेवन लाभकारी होता है।
6. अदरक, सेंधा नमक या नींबू रस के साथ भोजन से पहले खाने से जीभ और गला साफ होता है और भूख बढ़ाती है।
7. प्रसव के बाद योनि के दर्द में एक भाग सूखी अदरक, दो भाग गुड़, एक भाग धुले काले तिल का चूर्ण बनाकर गर्म दूध के साथ खाने से लाभ होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ट्रिब्यूलस टेरिस्ट्रीज लिन

क्रमांक: 19

वानस्पतिक नाम	:	ट्रिब्यूलस टेरिस्ट्रीज लिन
संस्कृत नाम	:	गोक्षुरं
हिंदी नाम	:	गोखरू
उपयोगी भाग	:	बीज

उपयोग:

1. गर्भावस्था के समय या प्रसव के बाद मूत्र नलीशोथ, मूत्र का कम बनना, मूत्ररोध और सूजन में गोखरू के फल को पानी में उबाल कर बार-बार सेवन करने से लाभ होता है।
2. यदि मूत्रनली में कोई घाव हो जाता है तो गोखरू फल के चूर्ण में मुलहठी और शक्कर मिला कर सेवन कराने से आराम हो जाता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

करक्यूमा लोंगा लिन

क्रमांक: 20

वानस्पतिक नाम	:	करक्यूमा लोंगा लिन
संस्कृत नाम	:	हरिद्रा
हिंदी नाम	:	हल्दी
उपयोगी भाग	:	प्रकंद

प्राप्य स्थान:

इसकी पैदावार समूचे भारत, विशेषकर मालाबार, बंगाल और कैनारा में होती है।

उपयोग:

1. प्रसव के बाद तेल में हल्दी का उबटन बना कर स्नान कराने से पूर्व उसकी पूरे शरीर पर मालिश करना उपयोगी होता है। यह प्रतिजीवविष का कार्य करती है।

2. प्रसव के बाद हल्दी चूर्ण को घी के साथ सेवन करने से पूरा गर्भाशय शुद्ध और सुदृढ़ हो जाता है।

3. नवजात शिशु के चर्म को साफ करने और एक्रियोटिक (उल्व) जल के सभी अवशेषों को साफ करने के लिए हल्दी और दूध का उबटन उपयोगी होता है।

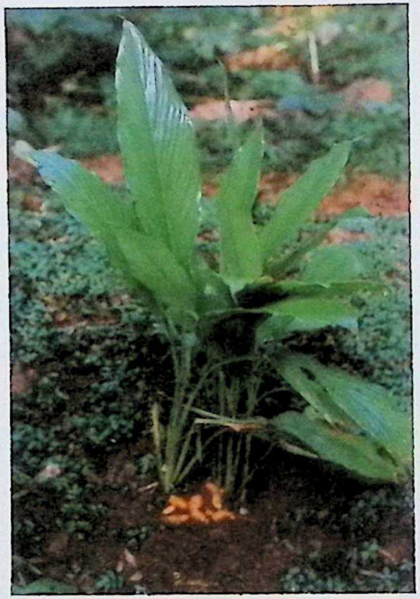
4. बच्चों के चर्म रोगों में हल्दी और मोथा जड़ के चूर्ण की लेई (मरहम) लगाने से लाभ होता है।

5. इसके प्रकंद का उपयोग आहार सामग्री में मसाले के रूप में होता है।

6. बच्चों के चर्म रोगों में हल्दी और नीम के पत्तों की लेई बनाकर बाह्य रूप में उपयोग करना हितकर होता है।

7. बच्चों के चहरे के रंगरूप को निखारने के लिए हल्दी और दूध के उबटन का उपयोग चहरे पर बाह्य रूप से किया जाता है।

8. चर्म रोगों में हल्दी का क्राथ का उपयोग प्रक्षालन के लिए किया जाता है।



CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

कैरम
रोक्सबरघियानम बेंथ

क्रमांक: 21

वानस्पतिक नाम	:	कैरम रोक्सबरघियानम बेंथ
संस्कृत नाम	:	अजमोदा
हिंदी नाम	:	अजमोदा
उपयोगी भाग	:	बीज

उपयोग:

1. जुकाम, ज्वर, आमाशय शूल, कृमि उत्पीड़न और बदन दर्द में अजमोदा पौधे के बीज और पत्तों को पानी में उबाल कर, उस पानी का बार-बार उपयोग करना हितकर होता है।

2. अजमोदा चूर्ण बच्चों के वमन, आमाशय शूल और अजीर्ण में सेवन कराना उपयोगी होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ट्रिगोनेला फोनम ग्रेयकम लिन

क्रमांक: 22

वानस्पतिक नाम	:	ट्रिगोनेला फोनम ग्रेयकम लिन
संस्कृत नाम	:	मेथिका
हिंदी नाम	:	मेथी
उपयोगी भाग	:	बीज

उपयोग:

1. इस पौधे के पत्ते और बीज बहुत उपयोगी है। प्रसव के बाद बदन दर्द और ज्वर, ठंड से जकड़न में इसके पत्तों की सब्जी खाना उपयोगी होता है।

2. अतिसार और रक्तातिसार में मेथी के बीजों का चूर्ण शहद के साथ सेवन करने से लाभ होता है।

3. यदि मां का दूध पीने से शिशु को अपच की शिकायत हो जाये तो दोनों को ही इसके चूर्ण का सेवन कराने से आराम हो जाता है।

4. पीठ के दर्द में इसके चूर्ण को सूखे नारियल, रोटी या गुड़ के साथ सेवन करना हितकर होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

सारेका इंडिका लिन

क्रमांक: 23

वानस्पतिक नाम	:	सारेका इंडिका लिन
संस्कृत नाम	:	अशोक
हिंदी नाम	:	अशोक
उपयोगी भाग	:	छाल, फूल

प्राप्य स्थान:

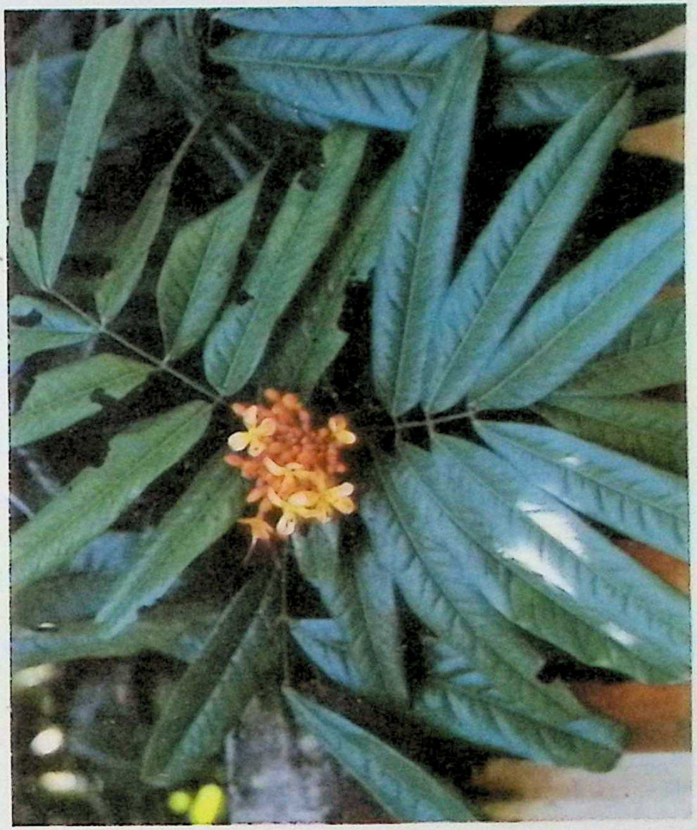
भारत के समूचे उष्णकटिबंधीय और उप-उष्णकटिबंधीय वनों में पाया जाता है।

उपयोग:

1. अशोक की छाल का क्वाथ श्वेतप्रदर, अधिक मात्रा में रक्त स्राव, अनियमित मासिक स्राव और मासिक के समय उदरशूल में रामबाण का काम करती है।

2. चर्म रोगों, विशेषकर बच्चों के, में अशोक के फूलों का उपयोग करके तैयार तेल का उपयोग लाभकारी होता है। इसके फूलों की लेई बनाकर उसे नारियल तेल में पूरे पानी के जल जाने तक उबालें।

3. वक्ष-शूल में अशोक की छाल का क्वाथ उपयोगी होता है।



CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

कर्कूलिगो ओरकियोइडज गार्यर्टन

क्रमांक: 24

वानस्पतिक नाम	:	कर्कूलिगो ओरकियोइडज गार्यर्टन
संस्कृत नाम	:	मुसली
हिंदी नाम	:	मुसली-कंद
उपयोगी भाग	:	प्रकंद

प्राप्य स्थान:

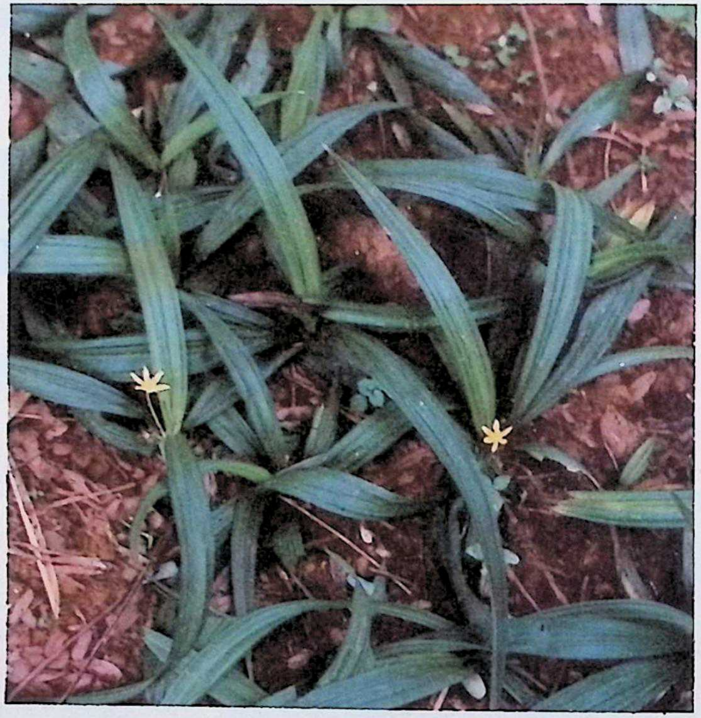
समूचे भारत में पाया जाता है, कभी-कभी इसकी खेती भी की जाती है।

उपयोग:

1. मुसली का क्वाथ श्वेतप्रदर में उपयोगी होता है।

2. प्रसव के बाद स्त्री को मुसली जड़ का चूर्ण दूध के साथ टानिक के रूप में सेवन कराना लाभप्रद होता है।

3. गर्भवती के स्तनों में दूध की कमी होने में मुसली का चूर्ण दूध और शक्कर के साथ सेवन कराना फायदेमंद है।



CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

एकोनाइटम हिटेरोफाइलम वाल

8012

क्रमांक: 25

वानस्पतिक नाम	:	एकोनाइटम हिटेरोफाइलम वाल
संस्कृत नाम	:	अतिविशा
हिंदी नाम	:	अतीस
उपयोगी भाग	:	जड़ें

सावधानी:

अन्तः उपयोग के लिए अतीस की जड़ें परिशुद्ध की जानी चाहिए। जड़ों के छोटे-छोटे टुकड़े एक रात भर तक गाय के मूत्र में भिगो दें और अगले दिन सवेरे निकालकर उन्हें धूप में सूखाकर चूर्ण बना लें।
मात्रा:100-300 ग्राम

उपयोग:

1. बच्चों के ज्वर, अतिसार, अपच, वमन और खांसी में अतीस की जड़ों का चूर्ण शहद के साथ चटाना लाभकारी होता है।
   मात्राः 100-300 ग्राम।

2. बच्चों को अपच के कारण बलगम बनने, ज्वर और वमन की शिकायत होने पर अतीस जड़, सूखी अदरक और काली मिर्च का मिश्रित चूर्ण शहद के साथ सेवन कराने से लाभ होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

मायरिस्टिका फ्राग्रेंस हाउट

क्रमांक: 26

वानस्पतिक नाम	:	मायरिस्टिका फ्राग्रेंस हाउट
संस्कृत नाम	:	जातिफल
हिंदी नाम	:	जायफल
उपयोगी भाग	:	फल

प्राप्य स्थान:

भारत के समूचे उष्णकटिबंधीय क्षेत्रों और अंडमान में पाया जाता है।

उपयोग:

1. बच्चों को अतिसार, अपच और वमन जैसे रोगों में आमतौर पर जायफल का चूर्ण शहद के साथ सेवन कराना हितकर होता है। आमतौर पर इसके चूर्ण को सूंठी या गुड़ के साथ देने की सिफारिश की जाती है।

2. बच्चों के अतिसार में इसके चूर्ण को आम के कोमल पत्तों का रस और शहद के साथ मिश्रित करके सेवन कराना उपयोगी होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

टर्मिनेलिया चेबुला रिट्ज

क्रमांक: 27

वानस्पतिक नाम	:	टर्मिनेलिया चेबुला रिट्ज
संस्कृत नाम	:	हरीतकी
हिंदी नाम	:	हरड़
उपयोगी भाग	:	फल

प्राप्य स्थान:

भारत के समूचे पर्वतीय क्षेत्रों में पाया जाता है।

सावधानी:

इस औषधि का सेवन गर्भावस्था के समय न करें।

उपयोग:

1. प्रसव के बाद मलबद्धता (कब्ज) और अपच की अनुभूति होने पर हरड़ के फलावरण (छिलका) को पानी में उबाल कर सेवन कराना उपयोगी होता है।

2. इसके चूर्ण को शहद और पिपली चूर्ण के साथ मिलकर सेवन करने से बच्चों की खांसी ठीक हो जाती है।

3. हरड़ फल के छिल्के का चूर्ण मोथा और मुलहठी के साथ मिलाकर सेवन कराने से मां और शिशु का जटिल मूत्रण रोग ठीक हो जाता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ग्लायसाइरिजा ग्लेब्रा लिन

क्रमांक: 28

वानस्पतिक नाम	:	ग्लायसाइरिजा ग्लेब्रा लिन
संस्कृत नाम	:	यष्ठी-मधु
हिंदी नाम	:	मुलहठी
उपयोगी भाग	:	जड़ें

प्राप्य स्थान:

उप-हिमाचल में बहती नदियों के किनारों के समीप क्षेत्रों में इसकी पैदावार की जाती है। उष्णशीतोष्ण वाले क्षेत्रों, पंजाब और कश्मीर में इसकी बहुलता से पैदावार की जाती है।

उपयोग:

1. शिशुओं के जुकाम, खांसी और गले में जलन में मुलहठी का क्वाथ शहद के साथ चटाने से आराम होता है।
2. मुलहठी और गाय के घी से तैयार करके नवजात शिशु को प्रसव के दूसरे और तीसरे दिन छोटी-छोटी मात्रा में सेवन कराना उपयोगी होता है।
3. गलशोथ और स्वर भंग की शिकायत होने पर मुलहठी की जड़ को चूसने से आराम मिलता है।
4. मूत्र त्याग करते समय जलन होने पर मुलहठी का चूर्ण दूध के साथ सेवन करना हितकर होता है।
5. बच्चों को प्रदाहक फोड़ा-फुंसी या विसर्प हो जाने पर उसे मुलहठी और मोथा के क्वाथ से बाह्य रूप से उन्हें धोने से आराम आ जाता है।
6. बच्चों की हिचकी में मुलहठी का चूर्ण शहद या शक्कर के साथ सेवन कराना लाभकारी होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

एकारस कालामुस लिन

क्रमांक: 29

वानस्पतिक नाम	:	एकारस कालामुस लिन
संस्कृत नाम	:	वचा
हिंदी नाम	:	वच
उपयोगी भाग	:	जड़ें

प्राप्य स्थान:

नमी, दलदली भूमि, मणिपुर, नगालैंड और मैसूर में इसकी पैदावार की जाती है।

सावधानी:

बड़ी मात्राओं में इसका सेवन नहीं करना चाहिए क्योंकि इसका गुणधर्म वमनावस्था है।

उपयोग:

1. शिशुओं की अच्छी स्मरण शक्ति, ज्ञान और रोगप्रतिरोधी क्षमता बढ़ाने के लिए वच की जड़ का चूर्ण छोटी-छोटी मात्राओं में शहद के साथ चटाने से आशातीत लाभ होता है।
2. बच्चों के अतिसार, खांसी और श्वास संबंधी रोगों में वच की जड़ का चूर्ण छोटी-छोटी मात्राओं में शहद के साथ सेवन कराना उपयोगी होता है।
3. बच्चे को एक वर्ष तक स्वर्ण भस्म और वच का चूर्ण शहद के साथ देना लाभकारी होता है।
4. बच्चे को एक माह तक स्तन दूध के साथ वच देना ठीक होता है।
5. गले की जलन, दमा और खांसी में वच की जड़ को चूसने से लाभ होता है।
6. किसी भी महामारी के समय वच की जड़ का सेवन बेझिझक किया जा सकता है।
7. जली हुई जड़ का चूर्ण 3-ग्रेन की मात्राओं में सेवन कराने से शिशुओं का अतिसार और आंत्रशूल खत्म हो जाता है।
8. बच्चों के उदर से कृमि निकलने और पथरी के कारण मूत्रमार्ग में शोथ होने में वच की जड़ के चूर्ण का सेवन कराना लाभदायक है।
9. बच्चों के कर्णशोथ में वच के ताजा रस की बूंदें डालने से आराम हो जाता है।.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वुडफोर्डिया फ्रूटिकोसा कुर्ज

क्रमांक: 30

वानस्पतिक नाम	:	वुडफोर्डिया फ्रूटिकोसा कुर्ज
संस्कृत नाम	:	धातकी
हिंदी नाम	:	धाय
उपयोगी भाग	:	फूल

उपयोग:

1. धाय के फूलों का शक्कर और भुने हुये चावल के दानों के साथ तरल आहार के रूप में उपयोग किया जाता है। इस आहार के सेवन से बच्चे को अच्छी भूख लगती है और मल सख्त लैंडों में बनने लग जाता है।

2. बच्चों के अतिसार में धाय के फूलों का चूर्ण शहद के साथ देना उपयोगी होता है।

3. श्वेतप्रदर में धाय के फूल शहद के साथ सेवन करने से लाभ होता है।

4. जल जाने की अवस्था में धाय के फूलों के चूर्ण को जिंजिलि तेल में मिलाकर प्रभावित भाग पर लगाने से आराम आ जाता है।

5. बच्चों के दांत तेजी से निकलने के लिए धाय के फूलों का चूर्ण आंवला फल के स्वरस और शहद के साथ मिलाकर मसूड़ों पर लगाना अच्छा होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

फेजोलुस मूंगो लिन

क्रमांक: 31

वानस्पतिक नाम	:	फेजोलुस मूंगो लिन
संस्कृत नाम	:	मुद्ग
हिंदी नाम	:	मूंग
उपयोगी भाग	:	बीज

प्राप्य स्थान:

भारत के बहुत से भागों में खेती की जाती है।

उपयोग:

1. स्वास्थ्य लाभ में मूंग का आहार के रूप में उपयोग होता है।
2. यदि गर्भावस्था के समय स्तन का दूध दूषित हो जाये तो मूंग का सूप बनाकर दिन में तीन बार पीने से लाभ होता है।
3. बच्चों के लिए स्नान पाउडर के रूप में मूंग के चूर्ण का उपयोग होता है।
4. जलन अनुभूति, ज्वर, वमन और कम मूत्र बनने, विशेष कर बच्चों को, में तले हुये मूंग का क्वाथ बनाकर उसे शहद और भुने हुये चावल तथा शक्कर के साथ सेवन कराने से लाभ होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

सिडा रिट्युस लिन

क्रमांक: 32

वानस्पतिक नाम	:	सिडा रिट्युस लिन
संस्कृत नाम	:	बेला
हिंदी नाम	:	बरियारी (बरियान), कुंगी (खरैंटी)
उपयोगी भाग		जड़ें

प्राप्य स्थान:

दक्षिण भारत के शुष्क क्षेत्रों, पश्चिम बंगाल और गुजरात में पाया जाता है।

उपयोग:

1. बरियारी की जड़ को मुख्य रूप से उपयोग करके तेल तैयार किया जाता है। जिंजिलि तेल में जड़ों और दूध को मिलाकर जलांश के वाष्पित होने तक उबालते हैं। इस तेल की प्रसव के तुरंत बाद शिशु के पूरे शरीर पर मालिश की जाती है।

   इससे नवजात शिशुओं की प्रसव से मांस पेशी में आये खिंचाव और अचानक बाहरी हवा के दुष्प्रभाव को कम करने में मदद मिलती है।
2. प्रसूता स्त्री के तनाव, ज्वर और बदन दर्द को कम करने के लिए उसे बरियारी की जड़ों के क्वाथ का सेवन कराना उपयोगी होता है।
3. गर्भावस्था के समय गर्भपात से बचने और सुरक्षित प्रसव के लिए बरियारी जड़ का क्वाथ दूध के साथ सेवन कराना लाभकारी होता है।
4. गर्भपात से बचने के लिए गर्भावस्था के समय इसके क्वाथ के साथ तैयार घी का प्रयोग करना हितकर होता है।
5. गर्भाशय से रक्तस्राव की स्थिति में बरियारी की जड़ के चूर्ण में शहद मिलाकर दूध के साथ सेवन कराना उपयोगी होता है।
6. बच्चों के आक्षेप और मिरगी के दौरों में बरियारी की जड़ की पेस्ट को ताजा तैयार मक्खन में मिलाकर सिर के बीच में मालिश करना उपयोगी होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ईगल
मार्मेलास कोर

क्रमांक: 33

वानस्पतिक नाम : ईगल मार्मेलास कोर

संस्कृत नाम : बिल्व

हिंदी नाम : बेल

उपयोगी भाग : जड़ें, फल

प्राप्य स्थान:

समूचे भारत में पाया जाता है।

उपयोग:

1. कच्चे बेल फल, इलायची, शक्कर और भुने हुए चावल के दानों के साथ तरल आहार तैयार करके जन्म के बाद बच्चों को खिलाना चाहिए। इससे उनको अच्छी भूख लगती है और मल के सख्त लैंडे बनने लगते हैं।

2. ताजा बेल के फल के मज्जे को सूखा कर और चूर्ण बनाकर बच्चों के वमन और अतिसार की स्थिति में सेवन कराने से लाभ होता है।

3. बेल के पत्तों के रस को जिंजिलि तेल में उबालकर उसे बच्चों के कर्णशूल और कर्ण-प्रदाह में उपयोग करना हितकार होता है।

4. बेल की जड़ और मोथा का क्वाथ वमन और अतिसार को ठीक करता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वाईटिज विनिफेरा लिन

क्रमांक: 34

वानस्पतिक नाम	:	वाइटिज विनिफेरा लिन
संस्कृत नाम	:	द्राक्षा
हिंदी नाम	:	अंगूर
उपयोगी भाग	:	फल

उपयोग:

1. गर्भवती स्त्री और जच्चा को रक्ताल्पता, मलबद्धता और चक्कर आने पर अंगूर फल का रस पिलाना बहुत उपयोगी होता है।
2. बच्चों के कब्ज में अंगूर फल के रस को गुड़ के साथ उबालकर पिलाने से लाभ होता है।
3. बच्चों के कामला और यकृत-विकृति में अंगूर का क्वाथ देने से आराम आता है।
4. सूखी खांसी में अंगूर रस, मुलहठी चूर्ण और गुड़ मिलाकर सेवन करने से लाभ होता है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जच्चा-बच्चा के स्वास्थ्य के लिए उपयोगी औषधीय पौधे (जड़ी-बूटियां)

क्रमांक	वानस्पतिक नाम	संस्कृत नाम	हिंदी नाम	पृष्ठांक
1.	प्युनिका ग्रानेटम लिन	दाड़िम	अनार	5
2.	टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया	गुडूची	गिलोय	6
3.	वेटिवेरिया जिजानियोइडेज लिन	उशीरम्	खस	7
4.	नीलम्बियम स्पेसोओजम वाइल्ड	कमल	कमल	8
5.	अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड	शतावरी	शतावर	9
6.	फाइलेंथस एम्बलिक लिन	आमलकी	आमला	10
7.	पाइपर लोंगम लिन	पिप्पली	पिपला-मूल	11
8.	बकोपा मोन्निरा लिन	ब्राह्मी	ब्राह्मी	12
9.	ऐलो वेरा, टुअर्न	कुमारी	घी-कुंवार	13
10.	बोएराविया डिफूजा लिन	पुनर्नवा	सांठ	14
11.	इपोमोइया डिजिटेट लिन	विदारी	बिलाई-कंद	15
12.	ऐंड्रोग्राफिस पैनिक्युल्टा नीस	किरात-तिक्त	चिरायता	16
13.	डेजमोडियम गंगेटिकम डी सी	पृष्निपर्णी	पिठवन	17
14.	साइपेरस रोटंडस लिन	मुस्त	मोथा	18
15.	एलेटेरिया कार्डामोमम मेटान	एला	छोटी-इलायची	19
16.	हेमीडेज्मस इंडिकस आर.बी.आर.	शारिवा	अनंत-मूल	20
17.	विथानिया सोम्निफेरा डयुनल	अश्वगंधा	असगंध	21

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

क्रमांक	वानस्पतिक नाम	संस्कृत नाम	हिंदी नाम	पृष्ठांक
18.	जिंजीबर आफिसिनेल रोस्क	शुंठी	सोंठ	22
19.	ट्रिब्युलस टेरिस्ट्रीज लिन	गोक्षर	गोखरू	23
20.	करक्यूमा लोंगा लिन	हरिद्रा	हल्दी	24
21.	कैरम रोक्सबरघियानम बेंथ	अजमोदा	अजमोदा	25
22.	ट्रिगोनेला फोनम ग्रेयकम लिन	मेथिका	मेथी	26
23.	सारेका इंडिका लिन	अशोक	अशोक	27
24.	कर्कूलिगो ओरकियोइडज गार्यर्टन	मुसली	मुसली-कंद	28
25.	एकोनाइटम हिटेरोफाइलम वाल	अतिविशा	अतीस	29
26.	मायरिस्टिका फ्राग्रेंस हाउट	जातिफल	जायफल	30
27.	टर्मिनेलिया चेबुला रिट्ज	हरीतकी	हरड़	31
28.	ग्लायसाइरिजा ग्लेब्रा लिन	यष्टीमधु	मुलहठी	32
29.	एकारस कालामुस लिन	वचा	वच	33
30.	वुडफोर्डिया फ्रूटिकोसा कुर्ज	धातकी	धाय	34
31.	फेजोलुस मूंगो लिन	मुद्ग	मूंग	35
32.	सिडा रिट्युस लिन	बेला	बरियान (बरियारी), कुंगी	36
33.	ईगल मार्मेलास कोर	बिल्व	बेल	37
34.	वाइटिज विनिफेरा लिन	द्राक्षा	अंगूर	38

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जच्चा-बच्चा के स्वास्थ्य संबंधी प्रमुख रोगों और उनके उपचारार्थ प्रयुक्त पौधों के नाम

पृष्ठांक

अनार्तव

13 ऐलो वेरा, टुअर्न — घीकुंवार
27 सारेका इंडिका लिन — अशोक
24 करक्यूमा लोंगा लिन — हल्दी

रक्ताल्पता

5 प्युनिका ग्रानेटम लिन — अनार
10 फाइलेंथस एम्बलिक लिन — आमला
38 वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर
14 बोएराविया डिफूजा लिन — पुनर्नवा

प्रतिविष

19 एलेटेरिया कार्डामोमम मेटान — छोटी इलायची
24 करक्यूमा लोंगा लिन — हल्दी
33 एकारस कालामुस लिन — वच
7 वेटिवेरिया जिजानियोइडेज लिन — खस

गठिया

9 अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड — शतावर
6 टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया — गिलोय

पृष्ठांक

दांतों के विकास में सहायक

34 वुडफोर्डिया फ्रूटिकोसा कुर्ज — धाय

शरीर की दुर्गंध

7 वेटिवेरिया जिजानियोइडेज लिन — खस

शरीर दर्द

6 टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया वाइल्ड — गिलोय
36 सिडा रिट्युस लिन — बेला, बरियारी
9 अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड — शतावर
25 कैरम रोक्सबरघियानम बेंथ — अजमोदा
27 सारेका इंडिया लिन — अशोक
22 जिंजीबर आफिसिनेल रोस्क — सोंठ (अदरक)

श्वास रोग

31 टर्मिनेलिया चेबुला रिट्ज — हरड़
14 बोएराविया डिफूजा लिन — पुनर्नवा
10 फाइलेंथस एम्बलिक लिन — आमला
33 एकारस कालामुस लिन — वच

पृष्ठांक

मूत्र मार्ग में जलन (प्रदाह)

14 बोएराविया डिफूजा लिन — पुनर्नवा
9 अस्परागुस रेसमोसुस वाइल्ड — शतावर
23 ट्रिब्यूलस टेरिस्ट्रीज लिन — गोखरू
32 ग्लायसाइरिज ग्लेब्रा लिन — मुलहठी

प्रदाह

9 अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड — शतावर
23 ट्रिब्युलस टेरिस्ट्रीज लिन — गोखरू
7 वेटिवेरिया जिजानियोइडोज लिन — खस
38 वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर
32 ग्लायसाइरिजा ग्लेब्रा लिन — मुलहठी
20 हेमीडेज्मस इंडिकस आर.बी.आर. — अनंत-मूल
10 फाइलेंथस एम्बलिक लिन — आमला
8 नीलम्बियम स्पेसोओजम वाइल्ड — कमल

जुकाम (प्रतिश्याय)

19 एलेटेरिया कार्डामोमम मेटान — छोटी इलायची
26 ट्रिगोनेला फोनम ग्रेयकम लिन — मेथी
5 प्युनिका ग्रानेटम लिन — अनार
6 टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया वाइल्ड — गिलोय
16 ऐंड्रोग्राफिस पैनिक्युल्टा नीस — चिरायता
22 जिंजीबर आफिसिनेल रोस्क — सोंठ (अदरक)

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

पृष्ठांक

मलबद्धता (कब्ज)

31 टर्मिनेलिया चेबुला रिट्ज — हरड़
38 वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर
22 जिंजीबर आफिसिनेल रोस्क — सोंठ (अदरक)
10 फाइलेंथस एम्बलिक लिन — आमला

ऐंठन (मरोड़)

12 बकोपा मोन्निरा लिन — ब्राह्मी
33 एकारस कालामुस लिन — वच

अजीर्ण (अपच)

11 पाइपर लोंगम लिन — पिपला-मूल
21 विथानिया सोम्निफेरा डयुनल — असगंध
25 कैरम रोक्सबरघियानम बेंथ — अजमोदा
26 ट्रिगोनेला फोनम ग्रेयकम लिन — मेथी
31 टर्मिनेलिया चेबुला रिट्ज — हरड़
22 जिंजीबर आफिसिनेल रोस्क — सोंठ (अदरक)

बच्चों का अतिसार

37 ईगल मार्मेलास कोर — बेल
33 एकारस कालामुस लिन — वच
25 कैरम रोक्सबरघियानम बेंथ — अजमोदा
18 साइपेरस रोटंडस लिन — मोथा
29 एकोनाइटम हिटेरोफाइलम वाल — अतीस

पृष्ठांक

गर्भावस्था के समय अतिसार

5 प्युनिका ग्रानेटम लिन — अनार
37 ईगल मार्मेलास कोर — बेल

बच्चों का कान दर्द

33 एकारस कालामुस लिन — वच

मिर्गी के दौरे

33 एकारस कालामुस लिन — वच
10 फाइलेंथस एम्बलिक लिन — आमला
12 बकोपा मोन्निरा लिन — ब्राह्मी
21 विथानिया सोम्निफेरा डयुनल — असगंध

अति-स्वेदन (पसीना)

7 वेटिवेरिया जिजानियोइडेज लिन — खस
38 वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर
8 नीलम्बियम स्पेसोओजम वाइल्ड — कमल

बाह्य-उपयोग

24 करक्यूमा लोंगा लिन — हल्दी
35 फेजोलुस मूंगो लिन — मूंग
10 फाइलेंथस एम्बलिक लिन — आमला
7 वेटिवेरिया जिजानियोइडेज लिन — खस

पृष्ठांक

बच्चों का ज्वर

29 एकोनाइटम हिटेरोफाइलम वाल — अतीस
33 एकारस कालामुस लिन — वच
18 साइपेरस रोटंडस लिन — मोथा
6 टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया वाइल्ड — गिलोय
37 ईगल मार्मेलास कोर — बेल
16 ऐंड्रोग्राफिस पैनिक्युल्टा नीस — चिरायता
38 वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर

गर्भावस्था के समय ज्वर

25 कैरम रोक्सबरघियानम बेंथ — अजमोदा
6 टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया वाइल्ड — गिलोय
36 सिडा रिट्युस लिन — बेला, बरियारी
16 ऐंड्रोग्राफिस पैनिक्युल्टा नीस — चिरायता
33 एकारस कालामुस लिन — वच
38 वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर

सामान्य दुर्बलता

21 विथानिया सोम्निफेरा डयुनल — असगंध
15 इपोमोइया डिजिटेट लिन — बिलाई-कंद
38 वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर
9 अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड — शतावर
36 सिडा रिट्युस लिन — बरियारी

सामान्य स्वास्थ्यवर्द्धक

9 अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड — शतावर
15 इपोमोइया डिजिटेट लिन — बिलाई-कंद

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

पृष्ठांक

22 जिंजीबर आफिसिनेल रोस्क — सोंठ (अदरक)
21 विथानिया सोम्निफेरा डयुनल — असगंध
35 फेजालुस मूंगो लिन — मूंग
38 वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर

सिर चकराना

14 बोएराविया डिफ्युजा लिन — पुनर्नवा.
6 टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया वाइल्ड — गिलोय
21 विथानिया सोम्निफेरा डयुनल — असगंध
38 वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर

रक्तमेह

23 ट्रिब्युलस टेरिस्ट्रीज लिन — गोखरू
9 अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड — शतावर
7 वेटिवेरिया जिजानियोइडेज लिन — खस
38 वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर
32 ग्लायसाइरिजा ग्लेब्रा लिन — मुलहठी
20 हेमीडेज्मस इंडिकस आर.बी.आर. — अनंत-मूल

अपूर्ण गर्भपात

9 अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड — शतावर
28 कर्कूलिगो ओरकियोइडज गायर्टन — मुसली-कंद
21 विथानिया सोम्निफेरा डयुनल — असगंध
15 इपोमोइया डिजिटेट लिन — बिलाई-कंद

पृष्ठांक

स्मरण शक्तिवर्द्धक

33 एकारस कालामुस लिन — वच
12 बकोपा मोन्निरा लिन — ब्राह्मी

बदहजमी

11 पाइपर लोंगम लिन — पिपला-मूल
25 कैरम रोक्सबरघियानम बेंथ — अजमोदा
26 ट्रिगोनेला फोनम ग्रेयकम लिन — मेथी
31 टर्मिनेलिया चेबुला रिट्ज — हरड़
22 जिंजीबर आफिसिनेल रोस्क — सोंठ (अदरक)
18 साइपेरस रोटंडस लिन — मोथा

आंत्र शोथ

19 एलेटेरिया कार्डामोमम मेटान — छोटी-इलायची
13 ऐलो वेरा, टुअर्न — घीकुंवार
25 कैरम रोक्सबरघियानम बेंथ — अजमोदा
5 प्युनिका ग्रानेटम लिन — अनार

श्वेतप्रदर

9 अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड — शतावर
28 कर्कूलिगो ओरकियोइडज गायर्टन — मुसली-कंद
27 सारेका इंडिका लिन — अशोक
34 वुडफोर्डिया फ्रूटिकोसा कुर्ज — धाय

पृष्ठांक

अतिरज-रक्तस्राव

27 सारेका इंडिका लिन — अशोक
9 अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड — शतावर
34 वुडफोर्डिया फ्रूटिकोसा कुर्ज — धाय
36 सिडा रिट्युस लिन — बेला, बरियारी

रंग-रूप को निखारना

24 करक्यूमा लोंगा लिन — हल्दी
32 ग्लायसाइरिजा ग्लेब्रा लिन — मुलहठी
33 एकारस कालामुस लिन — वच

चर्म उद्भेद

19 एलेटेरिया कार्डामोमम मेटान — छोटी-इलायची
24 करक्यूमा लोंगा लिन — हल्दी
20 हेमीडेज्मस इंडिकस आर.बी.आर. — अनंत-मूल

बांझपन

9 अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड — शतावर
10 फाइलेंथस एम्बलिक लिन — आमला
15 इपोमोइया डिजिटेट लिन — बिलाई-कंद,
21 विथानिया सोम्निफेरा डयुनल — असगंध
34 वुडफोर्डिया फ्रूटिकोसा कर्ज — धाय
36 सिडा रिट्युस लिन — बेला, बरियारी

उदरशूल

22 जिंजीबर आफिसिलेन रोस्क — सोंठ (अदरक)
25 कैरम रोक्सबरघियानम बेंथ — अजमोदा

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

पृष्ठांक

26 ट्रिगोनेला फोनम ग्रेयकम लिन — मेथी
18 साइपेरस रोटंडस लिन — मोथा
5 प्युनिका ग्रानेटम लिन — अनार
37 ईगल मार्मेलास कोर — बेल

मुखपाक

10 फाइलेंथस एम्बलिक लिन — आमला
38 वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर

हृदय शक्तिवर्द्धक

17 डेजमोडियम गंगेटिक डी सी — पिठवन
32 ग्लायसाइरिजा ग्लेब्रा लिन — मुलहठी

गर्भावस्था के समय सूजन

14 बोएराविया डिफूजा लिन — पुनर्नवा
22 जिंजीबर आफिसिनेल रोस्क — सोंठ (अदरक)
21 विथानिया सोम्निफेरा डयुनल — असगंध
6 टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया वाइल्ड — गिलोय
31 टर्मिनेलिया चेबुला रिट्ज — हरड़
23 ट्रिब्युलस टेरिस्ट्रीज रोस्क — गोखरू

प्यास को शांत करना

7 वेटिवेरिया जिजानियोइडेज लिन — खस

पृष्ठांक

6 टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया वाइल्ड — गिलोय
38 वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर
9 अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड — शतावर
8 नीलम्बियम स्पेसोओजम वाइल्ड — कमल

स्तनों में दूधवर्द्धक

9 अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड — शतावर
21 विथानिया सोम्निफेरा डयुनल — असगंध
28 कर्कूलिगो ओकियोइडज गार्यटन — मुसली-कंद
18 साइपेरस रोटंडस लिन — मोथा
15 इपोमोइया डिजिटेट लिन — बिलाई-कंद

बच्चों के लिए शक्तिवर्द्धक

38 वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर
32 ग्लायसाइरिजा ग्लेब्रा लिन — मुलहठी
33 एकारस कालामुस लिन — वच
21 विथानिया सोम्निफेरा डयुनल — असगंध
10 फाइलेंथस एम्बलिक लिन — आमला
17 डेजमोडियम गंगेटिकम डी सी — पिठवन

जच्चा के लिए शक्तिवर्द्धक

15 इपोमोइया डिटिटेट लिन — बिलाई-कंद
21 विथानिया सोम्निफेरा डयुनल — असगंध
23 ट्रिब्यूलस टेरिस्ट्रीज लिन — गोखरू
24 करक्यूमा लोंगा लिन — हल्दी
38 वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर

पृष्ठांक

गर्भवती स्त्री के लिए शक्तिवर्द्धक

38 वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर
36 सिडा रिट्युस लिन — बेला, बरियारी
28 कर्कूलिगो ओरकियोइजेड गार्यटन — मुसली-कंद
21 विथानिया सोम्निफेरा डयुनल — असगंध
10 फाइलेंथस एम्बलिक लिन — आमला

मूत्र अवरोध

9 अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड — शतावर
14 बोएराविया डिफूजा लिन — पुनर्नवा
23 ट्रिब्युलस टेरिस्ट्रीज लिन — गोखरू
35 फेजोलुस मूंगो लिन — मूंग
38 वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर

बच्चों को वमन

29 एकोनाइटम हिटेरोफाइलम वाल — अतीस
18 साइपेरस रोटंडस लिन — मोथा
25 कैरम रोक्सबरघियानम बेंथ — अजमोदा
37 ईगल मार्मेलास कोर — बेल

गर्भावस्था में वमन

5 प्युनिका ग्रानेटम लिन — अनार
37 ईगल मार्मेलास कोर — बेल
19 एलेटेरिया कार्डामोमम मेटान — छोटी-इलायची
35 फेजोलुस मूंगो लिन — मूंग

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

गर्भावस्था में उपयोगी पौधों की अनुक्रमणिका

पृष्ठांक	पौधा	रोगहर उपयोग	निवारक	सहायक
5	प्युनिका ग्रानेटम लिन — अनार	रक्ताल्पता, जुकाम, अतिसार, कृमि, उदरशूल	वमन, मितली, भूख का अभाव	
6	टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया वाइल्ड — गिलोय	ज्वर, बदन दर्द, प्यास बुझाना		
7	वेटिवेरिया जिजानियोइडेज लिन — खस	प्रतिविष, शारीरिक दुर्गंध,प्रदाह, अति स्वदेन, रक्तमेह, ज्वर, प्यास बुझाना		
8	नीलम्बियम स्पेसोओजम वाइल्ड — कंवल (कमल)	प्रदाह, अति स्वेदन, प्यास बुझाना		
9	अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड — शतावर	मूत्र-प्रदाह, सामान्य दुर्बलता, रक्तमेह, प्यास बुझाना, मूत्र-अवरोध	रक्तस्राव, वांझपन	बलवर्द्धक, सामान्य स्वास्थ्यवर्द्धक
10	फाइलेंथस एम्बलिक लिन — आमला	—	—	सामान्य स्वास्थ्यवर्द्धक
12	बकोपा मोन्निरा लिन — ब्राह्मी	—	ऐंठन (मरोड़), मिरगी	
14	बोएराविया डिफूजा लिन — पुनर्नवा	रक्ताल्पता, सूजन, सिर चकराना, मूत्र अवरोध		

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

पृष्ठांक	पौधा	रोगहर उपयोग	निवारक	सहायक
15	इपोमोइया डिजिटेट लिन — बिलाई-कंद	कमजोरी, वजन में कमी	बांझपन, गर्भपात	सामान्य स्वास्थ्यवर्द्धक
16	ऐंड्रोग्राफिस पैनिक्युल्टा नीस — चिरायता	ज्वर, जुकाम	—	सामान्य स्वास्थ्यवर्द्धक
17	डेजमोडियम गंगेटिकम डी सी — पिठवन	—	—	हृदय बलवर्द्धक
18	साइपेरस रोटंडस लिन — मोथा	उदर शूल	—	—
19	एलेटेरिया कार्डामोमम मेटान — छोटी इलायची	चर्म उद्भेद, वमन	मितली	
20	हेमीडेज्मस इंडिकस आर.बी.आर — अनंत-मूल	रक्त मेह, प्रदाह		
21	विथानिया सोम्निफेरा डयुनल — असगंध	सूजन, सिर चकराना, अजीर्ण	बांझपन, अपूर्ण गर्भपात	सामान्य स्वास्थ्यवर्द्धक, बलवर्द्धक
22	जिंजीबर आफिसिनेल रोस्क — सोंठ (अदरक)	अपच, जुकाम, सूजन, उदर शूल, मलबद्धता		क्षुधा बढ़ाना
23	ट्रिब्यूलस टेरिस्ट्रीज लिन — गोखरू	रक्तमेह, सूजन		
25	कैरम रोक्सबरघियानम बेंथ — अजमोदा	ज्वर, अजीर्ण, उदरशूल		
28	कर्कूलिगो ओरकियोइडेज गार्यटन — मुसली-कंद	—	अपूर्ण गर्भपात	सामान्य स्वास्थ्यवर्द्धक
32	ग्लायसाइरिजा ग्लेब्रा लिन — मुलहठी	मूत्र-प्रदाह, रक्तमेह		
35	फेजोलुस मूंगो लिन — मूंग	वमन		
36	सिडा रिट्युस लिन — वरियारी	—	बांझपन, गर्भपात	सामान्य स्वास्थ्यवर्द्धक
37	ईगल मार्मेलास कोर — बेल	वमन, अतिसार, उदरशूल	—	—
38	वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर	सिर चकराना, प्यास बुझाना, प्रदाह, खांसी, रक्ताल्पता, रक्तमेह	रक्ताल्पता	सामान्य स्वास्थ्यवर्द्धक

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

स्तनपान कराने वाली माता के लिए उपयोगी औषधीय पौधों की अनुक्रमणिका

पृष्ठांक	पौधा	रोगहर उपयोग	निवारक	सहायक
6	टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया — गिलोय	ज्वर, बदन दर्द, ज्वर, प्यास बुझाना		
9	अस्परागुस रेसमोसस वाइल्ड — शतावर	मूत्र प्रदाह, सामान्य कमजोरी, रक्त मेह, रक्तस्राव, प्यास बुझाना		स्तनों में दूधवर्द्धक
10	फाइलेंथस एम्बलिक लिन — आमला	—	—	सामान्य स्वास्थ्यवर्द्धक
13	ऐलो वेरा टुअर्न — घीकुंवार	अनार्तव, श्वेतप्रदर		
14	बोएराविया डिफूजा लिन — पुनर्नवा, सांठ	रक्ताल्पता, सिर चकराना, मूत्र-अवरोध, सूजन, खांसी		
15	इपोमोइया डिजिटेट लिन — बिलाई-कंद	कमजोरी, श्वेत प्रदर	वजन कम होना	स्तनों में दूधवर्द्धक
17	डेजमाडियम गंगेटिकम डी सी — पिठवन	—	—	हृदय के लिए शक्तिवर्द्धक, स्तनों में दूधवर्द्धक
21	विथानिया सोम्निफेरा डयुनल — असगंध	सूजन, सिर चकराना, मिरगी के दौरे	वजन कम होना, बांझपन	शक्तिवर्द्धक, स्तनों में दूधवर्द्धक

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

पृष्ठांक	पौधा	रोगहर उपयोग	निवारक	सहायक
22	जिंजीबर आफिसिनेल रोस्क — सोंठ (अदरक)	बदहजमी, जुकाम, सूजन, उदरशूल, मलबद्धता	—	भूख बढ़ाना, पाचन शक्तिवर्द्धक
23	ट्रिब्युलस टेरिस्ट्रीज लिन — गोखरू	रक्तमेह, सूजन		
24	करक्यूमा लोंगा लिन — हल्दी	अनार्तव प्रतिविष	चर्म रोग	
27	सारेका इंडिका लिन — अशोक	श्वेत-प्रदर, अनार्तव, उदरशूल	अनियमित मासिक	
28	कर्कूलिगो ओरकियोइडज गायर्टन — मुसली-कंद	श्वेत-प्रदर,	—	सामान्य स्वास्थ्यवर्द्धक
31	टर्मिनेलिया चेबुला रिट्ज़ — हरड़	मलबद्धता, सूजन		
36	सिडा रिट्युस लिन — बरियारी	स्वर, तंत्रिका-शोथ	—	सामान्य स्वास्थ्यवर्द्धक, गर्भाशय को शक्ति प्रदान करना
37	ईगल मार्मेलास कोर — बेल	वमन, अतिसार, उदरशूल		
38	वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर	सिर चकराना, प्यास बुझाना, प्रदाह, खांसी, रक्ताल्पता, रक्तमेह	—	सामान्य शक्तिवर्द्धक, रक्त निर्माण में सहायक

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

बच्चों के लिए उपयोगी पौधों की अनुक्रमणिका

पृष्ठांक	पौधा	रोगहर उपयोग	निवारक	सहायक
10	फाइलेंथस एम्बलिक लिन — आमला	खांसी, मिरगी के दौरे, मलबद्धता, मुखपाक	वजन कम होना रंग-रूप निखारक	बुद्धि का विकास, स्मरण शक्तिवर्द्धक, मानसिक स्वास्थ्य को ठीक करना
12	बकोपा मोन्निरा लिन — ब्राह्मी	ऐंठन (मरोड़), मिरगी के दौरे	मिरगी के दौरे वातोन्माद	मानसिक स्वास्थ्य स्मरण शक्तिवर्द्धक
16	ऐंड्रोग्राफिस पैनिक्युल्टा नीस — चिरायता	ज्वर, जुकाम		
17	डेजमोडियम गंगेटिकम डी सी — पिठवन	—	—	हृदय को ताकतवर बनाता है यदि स्तनों में दूध कम आये तो बच्चों को इसका चूर्ण या क्वाथ का सेवन करायें
18	साइपेरस रोटंडस लिन — मोथा	उदरशूल, ज्वर, वमन		
19	एलेटेरिया, कार्डामोमम मेटान — छोटी इलायची	चर्म उद्भेद, वमन		
20	हेमीडेज्मस इंडिकस आर.बी.आर. — अनंत-मूल	रक्तमेह, चर्म रोग	—	सामान्य स्वास्थ्यवर्द्धक
25	कैरम रोक्सबरघियानम बैंथ — अजमोदा	अजीर्ण, उदरशूल, वमन	—	भूख बढ़ाना
29	एकोनाइटम हिटेरोफाइलम वाल — अतीस	ज्वर, वमन, अतिसार		
32	ग्लायसाइरिजा ग्लेब्रा लिन — मुलहठी	खांसी	—	सामान्य स्वास्थ्यवर्द्धक
33	एकारस कालामुस लिन — वच	दमा, अतिसार, ज्वर	स्नायु रोग	मानसिक स्वास्थ्य, बुद्धि का विकास, स्मरण शक्तिवर्द्धक
34	वुडफोर्डिया फ्रूटिकोसा कुर्ज — धाय	—	—	दांतों का विकास
37	ईगल मार्मेलास कोर — बेल	वमन, अतिसार, उदरशूल		
38	वाइटिज विनिफेरा लिन — अंगूर	सिर चकराना, प्यास बुझाना, मलबद्धता, खांसी, रक्ताल्पता, रक्तमेह	—	सामान्य स्वास्थ्यवर्द्धक

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

औषधि निर्माण विधि और मात्राएं

1. क्वाथ :

क्वाथ मिट्टी के बर्तन में बनानां श्रेष्ठ होता है। यदि मिट्टी का बर्तन उपलब्ध न हो तो स्टेनलैस स्टील के बर्तन का उपयोग भी किया जा सकता है।

एक दिन के लिए क्वाथ 60 ग्राम कच्ची औषधि को एक लिटर जल में 250 एम.एल. शेष रह जाने तक उबालकर तैयार करें। इसके बाद उसे साफ सफेद कपड़े में से छान लें और फिर इसे आग पर 120 एम.एल. शेष रह जाने तक पकायें।

60 एम.एल. गुनगुना क्वाथ प्रतिदिन दो बार प्रातः और शाम को खाली पेट सेवन करना चाहिए। यह मात्रा वयस्क के लिए है और बच्चों के लिए मात्राएं निम्न हैं:

आयु		क्वाथ	आयु		क्वाथ
1 महीना	...	0.50 एम.एल.	2 वर्ष	...	10 एम.एल.
2 महीने	...	1.00 एम.एल.	3 वर्ष	...	14 एम.एल.
3 महीने	...	1.50 एम.एल.	4 वर्ष	...	18 एम.एल.
4 महीने	...	2.00 एम.एल.	5 वर्ष	...	21 एम.एल.
5 महीने	...	2.50 एम.एल.	6 वर्ष	...	26 एम.एल.
6 महीने	...	3.00 एम.एल.	10 वर्ष	...	42 एम.एल.
12 महीने	...	6.00 एम.एल.	16 वर्ष	...	68 एम.एल.

16 से 70 वर्ष की आयु तक 68 एम.एल.

औषधि के पच जाने के बाद ही आहार का सेवन करें।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

2. चूर्ण :

शुष्क कच्ची औषधियों का बहुत महीन चूर्ण बनाकर शुष्क शीशियों में भर कर रखें। चूर्ण को 6 महीने के अंदर सेवन कर लेना चाहिए।

3. लेई (पेस्ट) :

कच्ची औषधियों को जल या किसी विशेष तरल में पीस कर पेस्ट तैयार करते हैं। इसको दूसरे दिन काम में नहीं लाया जा सकता है।

आयु		चूर्ण/पेस्ट	आयु		चूर्ण/पेस्ट
1 महीना	...	125 मि.ग्रा.	2 वर्ष	...	2.50 ग्राम
2 महीने	...	250 मि.ग्रा.	3 वर्ष	...	3.50 ग्राम
3 महीने	...	375 मि.ग्रा.	4 वर्ष	...	4.50 ग्राम
4 महीने	...	500 मि.ग्रा.	5 वर्ष	...	5.50 ग्राम
5 महीने	...	625 मि.ग्रा.	6 वर्ष	...	6.50 ग्राम
6 महीने	...	750 मि.ग्रा.	10 वर्ष	...	10.50 ग्राम
12 महीने	...	1500 मि.ग्रा.	16 वर्ष	...	16.50 ग्राम

16 से 70 वर्ष की आयु तक 16.50 ग्राम

रोग की प्रबलता के अनुसार, उसके अनुपात में खुराक दी जाती है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

4. स्वरस:

कच्ची औषधियों को साफ बर्तन में एक लिटर जल के साथ पीस कर साफ सफेद कपड़े में निचोड़ कर रस निकालते हैं। ताजा रस प्रतिदिन तैयार करें और दूसरे दिन कभी भी उसका उपयोग न करें।

मात्रा नीचे दी गई है:

आयु		रस	आयु		रस
1 महीना	...	0.25 एम.एल.	2 वर्ष	...	5 एम.एल.
2 महीने	...	0.50 एम.एल.	3 वर्ष	...	7 एम.एल.
3 महीने	...	0.75 एम.एल.	4 वर्ष	...	9 एम.एल.
4 महीने	...	1.00 एम.एल.	5 वर्ष	...	10 एम.एल.
5 महीने	...	1.25 एम.एल.	6 वर्ष	...	13 एम.एल.
6 महीने	...	1.50 एम.एल.	10 वर्ष	...	21 एम.एल.
12 महीने	...	3.00 एम.एल.	16 वर्ष	...	34 एम.एल.

16 से 70 वर्ष की आयु तक 34 एम.एल.

औषधि के पचने के बाद ही आहार का सेवन करें।

रोगी की पाचन शक्ति के अनुसार और औषधि के प्रभाव की तीव्रता के अनुपात में मात्रा दी जाती है।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

5. तेल/घी:

तेल और घी की निर्माण विधियां एक जैसी ही हैं। तेल और घी बनाने के लिए तेल और घी का उपयोग किया जाता है। आमतौर पर तेल के लिए जिंजिलि तेल और घी के लिए गाय का घी प्रयुक्त होता है।

क्वाथ, पेस्ट और तेल/घी को कांस्य के बर्तन में अच्छी तरह से मिश्रित करते हैं और उसे जलांश के वाष्पित होने तक उबालते हैं।

सामग्रियों का अनुपात इस प्रकार है:

कच्ची औषधियों का क्वाथ	:	4 किलोग्राम
कच्ची औषधियों का पेस्ट	:	250 ग्राम
घी/तेल	:	1 किलोग्राम

दूध, ताजा औषधि का स्वरस या छाछ जैसे अन्य तरल के साथ विशेष निर्माण करना हो तो क्वाथ और इन पेय तरलों को समान भाग में लेना चाहिए।

तेल निर्माण में उबालने की प्रक्रिया को बंद करते समय किस्म नियंत्रण के लिए निम्न बातों का अवश्य ध्यान रखें:

1. बर्तन की तली में झाग/बुलबुले दिखाई देना।

   यदि आंतरिक उपयोग के लिए है तो बर्तन में पेस्ट को पंकिल (गदला) प्रकृति का होने तक उवलने दें।

3. यदि नासा-बिन्दु तैयार करना है तो पेस्ट को मृदु-पाक होने तक उबालें।
4. यदि बाह्य प्रयोग के लिए तैयार करना है तो पेस्ट को बर्तन में शुष्क मिट्टी (खर-पाक) की प्रकृति होने तक उबालें।

मात्रा:

बच्चे	:	1 एम.एल.	से	3 एम.एल. (तेल)
	:	2 एम.एल.	से	5 एम.एल. (घी)
वयस्क	:	5 एम.एल.	से	10 एम.एल. (तेल)
	:	5 एम.एल.	से	15 एम.एल. (घी)

औषधि के पच जाने पर ही आहार का सेवन करें। मात्रा रोगी की पाचन शक्ति, रोग की प्रबलता और औषधि के प्रभाव के अनुपात में ही लें।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

औषधीय पौधों के क्षेत्रीय नाम

वानस्पतिक	: एकोनाइटम हिटेरोफाइलम वाल
संस्कृत	: अतिविशा
हिंदी	: अतीस
मलयालयम	: अतिविदयम
तमिल	: अतिवेदयम
गुजराती	: अतलसाने-काले, अतवासा
तेलुगु	: अतिवासा, अतिवासु, अतिरसा
कन्नड़	: अतिविशा
मराठी	: अतिविश
बंगला	: आतइच
असमी	: अतवस
उड़िया	: अतैचा
बिहारी	:
पंजाबी	:
उर्दू	:

वानस्पतिक	: एकारस कालामस लिन
संस्कृत	: वचा
हिंदी	: वच, सफेद-बच
मलयालम	: वयम्बु
तमिल	: वशाम्बु
गुजराती	: गोदवज, बाला-वच
तेलुगु	: वदज
कन्नड़	: बैजी
मराठी	: बेमूखड
बंगला	: वच
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पजांबी	:
उर्दू	:

वानस्पतिक	: ईगल मार्मेलास कोर
संस्कृत	: बिल्वम
हिंदी	: बेल
मलयालम	: कूवलम
तमिल	: विल्वल
गुजराती	: बिल्व
तेलुगु	: बिल्वम
कन्नड़	: बेलपत्री
मराठी	: बेला
बंगला	: बेल
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	:
उर्दू	:

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वानस्पतिक	: एलो वेरा टुअर्न
संस्कृत	: कुमारी
हिंदी	: घीकुंवार, कुमारी
मलयालम	: कतार्वाशा
गुजराती	: कुंवार
तेलुगु	: कलबंध
तमिल	:
कन्नड़	: कट्टालिगिदा, मुसब्बर
मराठी	: कुमारी
बंगला	: धृत-कुमारी
असमी	: इत्वा
उड़िया	: मुसबर
बिहारी	:
पंजाबी	:
उर्दू	:

वानस्पतिक	: अस्परागुस रेसमोसम वाइल्ड
संस्कृत	: शतावरी
हिन्दी	: शतावर
मलयालम	: शतावरी
तमिल	: थन्नेर-विट्टंकिजंगु, सदवरी
गुजराती	: सतावर
तेलुगु	: सदवरी, फिल्लि-तुग
कन्नड़	: शतमूलि
मराठी	: शतावर-मूल
बंगला	: शतावरी
असमी	: हटमुलि
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	:
उर्दू	:

वानस्पतिक	: बकोपा मान्निरा लिन
संस्कृत	: ब्राह्मी
हिंदी	: ब्राह्मी, सफेद कम्मी
मलयालम	: ब्राह्मी
तमिल	: नेर-ब्राह्मी
गुजराती	:
तेलुगु	: साम्ब्रानी-चेत्तु
कन्नड़	: ब्राह्मी
मराठी	: निर-ब्राह्मी
वंगला	: ब्रीह्मी-सक
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजावी	:
उर्दू	:

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वानस्पतिक	: बोएराविया डिफूजा लिन
संस्कृत	: पुनर्नवा
हिंदी	: पुनर्नवा, गदह-पूर्ण, सांठ
मलयालम	: तजुतामा
तमिल	: मुकुक्रत्तई, तेलुतामा
गुजराती	: राठी, सातोडी
तेलुगु	: अत्तातममिदी
कन्नड़	: सनदिक गोनजलि
मराठी	: पुनर्नवाई
बंगला	: पुनर्नवा
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	: इतसित
उर्दू	:

वानस्पतिक	: कैरम रोक्सबरघियानम बेंथ
संस्कृत	: अजमोदा
हिंदी	: अजवायन
मलयालयम	: अयमोदकम
तमिल	: ओमम
गुजराती	: वोदी-अजमोदा
तेलुगु	: अजमोदा
मराठी	:
बंगला	: बंजोयान, रानधनी
असमी	:
उड़िया	: जुआणि
बिहारी	:
पंजाबी	:
उर्दू	:

वानस्पतिक	: कर्कूलिगो आर्कियोइडज गायर्टन
संस्कृत	: मुसली
हिंदी	: मुसलीकंद, काली मुसली
मलयालम	: निलपन्ना
तमिल	: निलप्पनैडी
गुजराती	: मुसलीकंद, काली मुसली
तेलुगु	: नेलतिदी-चेत्तु, गद्दा
कन्नड़	: नेलदलि, नेल-थादे
मराठी	: मुसली, भुयई-मददी
बंगला	: थालमुली
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	:
उर्दू	:

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वानस्पतिक	: कर्क्यूमा लोंगा लिन
संस्कृत	: हरिद्रा
हिंदी	: हल्दी
मलयालम	: मंजल
तमिल	: मंजल
गुजराती	: हल्दर, हल्द
तेलुगु	: पसुपु, हरिद्रा
कन्नड़	: हल्दी, अरसिन
मराठी	:
बंगला	: हलुद
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	: हल्ज, हल्दी
उर्दू	:

वानस्पतिक	: साइपेरस रोटंडस लिन
संस्कृत	: मुस्त
हिंदी	: मोथा, नागर-मोथा, कोरेही
मलयालम	: मुतंग
तमिल	: कोरा-इञजहंगु, मुंतंगई
गुजराती	: मोध्या, बारिक मोथा
तेलुगु	: तुंग-मुस्ता, वेरु
कन्नड़	: तगहुल्लु, अब्धुल्लु
मराठी	: मोधी, नागर-मोधी
बंगला	: नागरमोथी, मुथा
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	:
उर्दू	:

वानस्पतिक	: डेजमोडियम गंगेटिकम डी सी
संस्कृत	: पृष्निपर्णी
हिंदी	: पिठवन, डाब्रा, पिटोन्नि
मलयालम	: ओरिला
तमिल	: कोल-पेत्रा पुल्लादि, ओरिला
गुजराती	: रनगंजा, पृष्निपर्णी
तेलुगु	: कोलकुपत्रा, कोल्कु-पोत्रा
कन्नड़	: नबियलबोन, ठोरेमोदा
मराठी	: पिठवन
बंगला	: चकुरिया, सल्पर्णी
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	:
उर्दू	:

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वानस्पतिक	: एलेटेरिया, कार्डामोमम मेटान
संस्कृत	: ऐला
हिंदी	: छोटी इलायची
मलयालम	: एलक्का
तमिल	: एलक्की
गुजराती	: इलाचयी
तेलुगु	: एलक्काय
कन्नड़	: एलाक्की
मराठी	: इलायची
बंगला	: एलाची
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	:
उर्दू	:

वानस्पतिक	: ग्लायसाइरिजा ग्लैब्रा लिन
संस्कृत	: यष्टीमधु
हिंदी	: मुलहठी
मलयालम	: इरात्तीमधुरम
तमिल	: अतिमधिरम
गुजराती	: जष्ठोमद
तेलुगु	: अतिमधुरम
कन्नड़	: जेष्ठ-मद्दु
मराठी	: जेष्ठीमधु
बंगला	: जेष्ठा-मधु
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	:
उर्दू	:

वानस्पतिक	: हेमिडेज्मस इंडिकस आर.बी.आर.
संस्कृत	: शारीवा
हिंदी	: अनंत-मूल, सालसा
मलयालम	: नन्नारि, नरुतंडी
तमिल	: नन्नारि
गुजराती	:
तेलुगु	: सुंगधिपाल, पाल सुंगधि
कन्नड़	: नमदाबेरु
मराठी	:
बंगला	: अनंतमूल
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	: अनंतमूल
उर्दू	:

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वानस्पतिक	: इपोमोइया डिजिटेट लिन
संस्कृत	: क्षीर-विदारी
हिंदी	: बिदारी कंद, बिलाई-कंद
मलयालम	: पाल्मुलुक्किन-किझांगु
तमिल	: पाल्मोदिक, निल-पूचानि, नी
गुजराती	: विदारी-कंद, बुमि-कोहल पत
तेलुगु	: मत्त-पलहतिग, नेलगुम्मदु
कन्नड़	: बुजगुम्बला, नद-कुम्बला
मराठी	:
बंगला	:
असमी	:
उड़िया	: भूमि-कुमार
बिहारी	:
पंजाबी	:
उर्दू	:

वानस्पतिक	: मायरिस्टिका फ्राग्रेंस हाउट
संस्कृत	: जातिफल
हिंदी	: जायफल
मलयालम	: जातिक्का
तमिल	: जातिक्काई
गुजराती	: जायफल
तेलुगु	: जातिकाय
कन्नड़	: जायकाय
मराठी	: जायफल
बंगला	: जायफल
असमी	:
उड़िया	: जाइफल
बिहारी	:
पंजाबी	: जायफल
उर्दू	:

वानस्पतिक	: नीलम्बियम स्पेसोओजम वाइल्ड
संस्कृत	: पद्म
हिंदी	: कमल, कंवल
मलयालम	: तामरा
तमिल	: तामराय, आम्बल
गुजराती	: कमल, रातना
तेलुगु	: कालावा, साम्बी, नेल्लकुलव
कन्नड़	: थावरी, कीदावरी
मराठी	: कमल
बंगला	: पद्म
असमी	:
उड़िया	: पद्म
पंजाबी	: कंवल
उर्दू	:

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वानस्पतिक	: फेजोलुस मूंगो लिन
संस्कृत	: मुद्गं
हिंदी	: मूंग
मलयालम	: चेरुपयर
तमिल	: पछाय-पायरु
गुजराती	: मग
तेलुगु	: पछाय-पेसुलु
कन्नड़	: हेसारु
मराठी	: मूंगा
बंगला	: मूंग
असमी	:
उड़िया	: मुग
बिहारी	:
पंजाबी	: मूंग
उर्दू	:

वानस्पतिक	: फाइलेंथुस एम्बलिक लिन
संस्कृत	: आमलकी
हिंदी	: आमला
मलयालम	: नैल्लिक्का
तमिल	: नैल्लिक्की
गुजराती	: आमला, अम्बला
तेलुगु	: निल्लु
कन्नड़	:
मराठी	:
बंगला	: आमलकी, आमला
असमी	: अम्लुकी
उड़िया	: अंला
बिहारी	:
पंजाबी	: अम्बलि
उर्दू	:

वानस्पतिक	: पाइपर लोंगम लिन
संस्कृत	: पिप्पली
हिंदी	: पिपल, पिप्पला-मूल
मलयालम	: तिप्पल्ली
तमिल	: तिप्पलै
गुजराती	: पिपड़ा, पिलि
तेलुगु	: पिपलि, पिप्पलि-काटी
कन्नड़	: यिप्पलि
मराठी	: पिपलि
बंगला	: पिपलि-पेपुल
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	: पिपल, दरफिलफिल
उर्दू	:

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वानस्पतिक	: प्युनिका ग्रानेटम लिन
संस्कृत	: दाड़िम
हिंदी	: अनार
मलयालम	: माल्लानारकम्
तमिल	: माल्लानारनकि
गुजराती	: दाड़म, दाड़िम
तेलुगु	: दाड़िम
कन्नड़	: दिलिम्बे
मराठी	: दाड़िम
बंगला	: डालिम्ब
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	:
उर्दू	:

वानस्पतिक	: सारेका इंडिका लिन
संस्कृत	: अशोक
हिंदी	: अशोक, अंगन-प्रिया
मलयालम	: असोकम
तमिल	: अचोकम
गुजराती	: असोक, असुपला
तेलुगु	: असोकमु
कन्नड़	: असोकद
मराठी	: असोक
बंगला	: अंगन-प्रिया
असमी	:
उड़िया	: अशोक
बिहारी	:
पंजाबी	:
उर्दू	:

वानस्पतिक	: सिडा रिटयुस लिन
संस्कृत	: बेला
हिंदी	: बरियान, बरियारी
मलयालम	: कुरुंतोट्टी
तमिल	: वातातिरुप्पै, कुरुंतोट्टी
गुजराती	: बान-मेथि
तेलुगु	: तेल अंतिस
कन्नड़	: किसांगि
मराठी	: चिक्रा
बंगला	: बेडेल, त्रेला, बला
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	: सिमक
उर्दू	: सप-देवि

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वानस्पतिक	: टर्मिनेलिया चेबुला रिट्ज
संस्कृत	: हरीतकी
हिंदी	: हरड़
मलयालम	: कदुक्का
तमिल	: कदुक्कै
गुजराती	: हिमज, पिलो-हरड़े
तेलुगु	: कड़क्कया, कड़क
कन्नड़	: अनिले-काई
मराठी	:
बंगला	:
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	:
उर्दू	:

वानस्पतिक	: टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया वाइल्ड
संस्कृत	: गुडूची
हिंदी	: गिलोय, गुलांचा
मलयालम	: चित्तरुतु, अमृतु
तमिल	: सैंठील कोडी
गुजराती	: गलो
तेलुगु	: तिपतिगे
कन्नड़	: गडू
मराठी	: गुलवेल
बंगला	: गुलच
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	: गिलो-गुलारिच
उर्दू	: गलो

वानस्पतिक	: ट्रिब्युलस टेरिस्ट्रीज लिन
संस्कृत	: गोक्षुरम्
हिंदी	: गोखरू
मलयालयम	: जीरिंजिल
तमिल	: जीरिंजी-मुल्लु
गुजराती	: गोखरू
तेलुगु	: पेल्लेरुमुल्लु, निरुंजी
कन्नड़	: नेजिल-मुल्लु
मराठी	: सरती
बंगला	: गोखुरि, गृखारी
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	: कुर्कुडंई, भाखंडा
उर्दू	:

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वानस्पतिक	: ट्रिगोनेला फोनम ग्रेयकम लिन
संस्कृत	: मेथिका
हिंदी	: मेथी
मलयालम	: ऊलुवा
तमिल	: वेंतायम
गुजराती	: मेथी, मेधी
तेलुगु	: मैंतुलु, मैंथिकुरा
कन्नड़	: मेंथी, मेधपक, मैंथिया
मराठी	: मेथी
बंगला	: मेथी, मेधी
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	: मेथी
उर्दू	

वानस्पतिक	: वेटिवेरिया जिजानियाइडेज लिन
संस्कृत	: उशीरम्
हिंदी	: वेरन-खस, बीन, खस
मलयालम	: रामछम
तमिल	: वेट्टिवर
गुजराती	: वलो
तेलुगु	: वेट्टि-वेरु, कारु-वेरु
कन्नड़	: लावंची, मुदिवला
मराठी	: वला
बंगला	: खस-खस
असमी	: पन्नी
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	: पन्नी
उर्दू	:

वानस्पतिक	: वाइटिज विनिफेरा लिन
संस्कृत	: द्राक्षा
हिंदी	: द्राक्षा, अंगूर, मुनक्का
मलयालम	: मुंतिरि
तमिल	: द्राचाय
गुजराती	: द्राक्षा, मुद्रका
तेलुगु	: द्राक्षा-पांडु
कन्नड़	: द्राक्षा
मराठी	:
बंगला	: द्राक्षा
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजावी	:
उर्दू	:

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वानस्पतिक	: विथानिया सोम्निफेरा डयुनल
संस्कृत	: अश्वगंधा
हिंदी	: असगंध
मलयालम	: अश्वगंध
तमिल	: अश्वगंधाय
गुजराती	: असगंध, घोता
तेलुगु	: अश्वगंधी
कन्नड़	: अमिक्रिर गद्दाय
मराठी	: डोरागुंजा, असगंध
बंगला	: अश्वगंधी
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	:
उर्दू	:

8012
STOCK VERI...
2020
G.K.V. Library

वानस्पतिक	: वूडफोर्डिया फ्रूटिकोसा कुर्ज
संस्कृत	: धातकी
हिंदी	: धाय, धौता
मलयालम	: तातिरि-पूवु
तमिल	: धातरि, वेलक्की
गुजराती	: धवदिना
तेलुगु	: धातकी, सिरिंजी, जय
कन्नड़	: बेल, ताम्र-पुष्पे
मराठी	: धाय, धौरी, पुल्स्ती
बंगला	: धाय-फल
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	: धौड़, धावि
उर्दू	:

वानस्पतिक	: जिंजिबर ओफिसिनेल रोस्क
संस्कृत	: अदरक
हिंदी	: सोंठ (शुष्क), अदरक अदा
मलयालम	: चुक्कु (२ुष्क), इंजि (ताजा)
तमिल	: चुक्कु (शुष्क), इंजि (ताजा)
गुजराती	: अडु
तेलुगु	: सौंठ, अल्लम
कन्नड़	: अर्दरक
मराठी	: अर्दरक
बंगला	: अदक
असमी	:
उड़िया	:
बिहारी	:
पंजाबी	: अदरक
उर्दू	:

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

GURUKUL KANGRI LIBRARY
Access on
Class on
Cat on
Tag etc.
Checked
Any Other

COMPILED

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

विदृप्रनि
davp

विज्ञापन और दृश्य प्रचार निदेशालय, सूचना और प्रसारण मंत्रालय द्वारा स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार के लिए आकल्पित एवं प्रकाशित। मुद्रक न्यूटैक फोटोलिथोग्राफर्स नई दिल्ली।
संख्या-5/13/91-पी.पी. V
हिन्दी-25,000
मार्च '92

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar